

**Schulinterner Lehrplan
des Comenius-Gymnasiums Datteln
zum Kernlehrplan für die Sekundarstufe I**

Sport in der Erprobungs- und Mittelstufe

(Stand: 07.2023)

Inhalt

1. Die Fachgruppe Sport am Comenius Gymnasium.....	5
1.1 Aufgabenfelder der Fachgruppe Sport.....	5
1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung.....	7
1.3 Sportstättenangebot	7
2. Entscheidungen zum Unterricht.....	7
3. Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit.....	8
3.1 Überfachliche Grundsätze	8
3.2 Fachliche Grundsätze	8
4. Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung.....	9
4.1 Bewertungstabelle für das Fach Sport im Bereich „Sonstige Mitarbeit“	10
5. Qualitätssicherung und Evaluation	11
5.1 Maßnahmen der fachlichen Qualitätskontrolle	11
5.2 Pläne zur regelmäßigen Evaluation des schulinternen Curriculums.....	11
Themenübersicht Klasse 5.....	12
<i>Das ABC des Basketballs</i> - Ausgewählte grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten im Basketball im Hinblick auf ein erfolgreicherer Handeln im (vereinfachten) Zielspiel anwenden können.	13
<i>Fährpläi ... aber richtig!</i> – Ausgewählte kleine Spiele fair und regelkonform spielen, sowie modifizieren und im Hinblick auf das Spielerlebnis beurteilen.....	15
<i>Höher, weiter, schneller</i> - Ausgewählte Themen der Leichtathletik im Hinblick auf die Vorbereitung auf einen Klassenwettkampf	17
<i>Rolle, Handstand, Rad</i> – grundlegende Bewegungsfähigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen.....	19
<i>Gymnastik– Was ist das?</i> - Ausgewählte Handgeräte und deren grundlegende Techniken kennenlernen mit dem Ziel, die erlernten Fähigkeiten in einer Kür umzusetzen	21
<i>Gut vorbereitet für den Sport</i> – Allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und strukturiert durchführen	23
<i>Sich zusammen anstrengen und Spaß haben</i> – Vorbereitung, Durchführung und Evaluation eines 15-min-Laufs zur Einschätzung der individuellen Leistungsfähigkeit.....	25
<i>Springen, Stützen, Schwingen</i> – Grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Parallelbarren und an Sprunggeräten erlernen	27
Themenübersicht Klasse 6.....	29
<i>Ich schwimme sicher und lange!</i> - Ausgewählte Übungsformen zum Brust- und Rückenschwimmen zum Erlernen der Grobform einschließlich Atemtechnik, Start und Wende und zur Ausführung einer Mittelzeitausdauerleistung	30
<i>Hart aber fair!</i> -In einfachen Gruppen – und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen.	32

Schulinternes Curriculum Sport Sek. I am Comenius-Gymnasium Datteln

<i>Vom Fangen zum Baggern, vom Werfen zum Pritschen</i> – Ausgewählte grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten im Volleyball im Hinblick auf ein erfolgreicherer Handeln im vereinfachten Zielspiel anwenden.....	34
<i>Wer bremst, gewinnt</i> – Einen selbsterstellten niveaudifferenzierten Skate-Parcours sicherheitsbewusst bewältigen.....	36
<i>Tanz!</i> – Entwicklung einer kurzen Choreographie unter Berücksichtigung tanzstilspezifischer Kriterien	38
Themenübersicht Klasse 7.....	40
<i>Aufwärmen mit Sinn und Verstand</i> – Ein sportartspezifisches Aufwärmprogramm entwickeln, durchführen und evaluieren.	41
<i>Besser Baggern, Pritschen und Aufschlagen!</i> – Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten im Volleyball mithilfe des bewussten sinnvollen Einsatzes von analogen und digitalen Medien steigern. ..	43
Akrobatik	45
Gerätturnen – Felgbewegungen an Reck und Barren	47
<i>Streetball als erster Schritt zum Basketball</i> – eine technisch-koordinative und taktisch-kognitive Vertiefung.....	49
RopeSkipping.....	51
Skifahren im Rahmen der Skiexkursion nach Österreich	53
„Hoch hinaus!“- Hochsprung.....	55
Themenübersicht Klasse 8.....	57
<i>Lauf um dein (Er-)Leben!</i> – Die Gestaltung und Durchführung eines Parkour-Runs unter besonderer Berücksichtigung des individuellen Wagnisempfindens.....	58
Über das Erlernen des Kugelstoßens zum Erwerb des Sportabzeichens	60
<i>Badminton sportiv ... so fängt's an!</i> - Angemessenes situationsgerechtes Agieren, Reagieren und Verbalisieren in unterschiedlichen Spielsituationen.....	62
<i>Verteidigen und Befreien</i> - Lösungen für Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Kampf nutzen.	64
<i>Wie fit bin ich, wie werde ich besser?</i> - Die Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings kennen und anwenden.....	66
Tanz – Gestaltung einer kurzen Choreographie.....	68
Bewegungstheater und Pantomime – Bewegungen zu Themen spontan gestalten.....	70
Sportspiele anderer Kulturen	72
Themenübersicht Klasse 9.....	74
<i>Nicht nur sicher und ausdauernd, sondern auch schnell!</i> “ - Ausgewählte Übungsformen zum Kraulschwimmen zum Erlernen der Grobform einschließlich Start und Wende und zum Erbringen einer Langzeitzeitausdauerleistung.....	75
<i>Wir holen das „Gym“ in die Sporthalle!</i> - Planung, Durchführung und Reflexion eines selbst erstellten Fitnesszirkels mit gesund-funktionalen Übungen	77

Schulinternes Curriculum Sport Sek. I am Comenius-Gymnasium Datteln

Badminton sportiv ... lass deinen Gegner laufen! - Erarbeitung der Uh-Techniken zur Vervollständigung des Schlagrepertoires mit dem Ziel auch aggressiven Gegnern Paroli bieten zu können	79
<i>Im Team mit- und gegeneinander spielen können!</i> – Angemessenes individualtaktisches und situationsgerechtes Reagieren und Verbalisieren in unterschiedlichen Spielsituationen	81
Themenübersicht Klasse 10.....	83
Vorbereitung und erfolgreiches Absolvieren der Bundesjugendspiele	84
Ab auf die Straße! - Streetball	86
<i>Fit in die Oberstufe!</i> – Einen Trainingsplan für Koordinations- und Konditionstraining erstellen und beurteilen	88
<i>Kreativ mit Material im Raum</i> – Gymnastik (rhythmisch).....	90

1. Die Fachgruppe Sport am Comenius Gymnasium

1.1 Aufgabenfelder der Fachgruppe Sport

Die Fachkonferenz Sport möchte bei Schülerinnen und Schülern Bewegungsfreude und Gesundheitsbewusstsein im Schulsport im Rahmen des Bildungs- und Erziehungsauftrages der Schule entwickeln. Das bedeutet, dass die Fachlehrerinnen und Fachlehrer den Schülerinnen und Schülern die Entwicklung zu einer mündigen, bewegungsfreudigen und gesundheitsbewussten Persönlichkeit ermöglichen, um überdauernd und langfristig die Freude an der Bewegung und am Sport zu erhalten und Gesundheitsbewusstsein und Fitness für die Bewältigung des Alltags und zum Ausgleich von Belastung in die Lebensführung integrieren zu können. Darüber hinaus unterstützen sie das individuelle Interesse von Schülerinnen und Schülern am Leistungssport.

Die Fachschaft Sport des Comenius-Gymnasium unterbreitet den Schülerinnen und Schülern aller Altersstufen ein vielfältiges Sportprogramm, welches die Kinder und Jugendlichen freiwillig besuchen können. Zwar variiert das Programm von Schuljahr zu Schuljahr etwas, in den vergangenen Jahren etabliert haben sich jedoch die folgenden Arbeitsgemeinschaften:

- Basketball,
- Futsal,
- Rudern,
- Schwimmen,
- Tanz,
- Turnen/Akrobatik,
- Volleyball (Kooperation mit der DJK Sportfreunde Datteln),
- Lehrersport

Den Schülerinnen und Schülern des Comenius-Gymnasiums sollen darüber hinaus Gelegenheiten gegeben werden, ihre Leistungsfreude und -bereitschaft in Wettkämpfen zu erproben und auszubilden. Neben der jährlichen Durchführung von Bundesjugendspielen erfreuen sich unter der Schülerschaft daher die Schulmannschaften des Comenius-Gymnasiums besonderer Beliebtheit. Hierbei treten die Schülerinnen und Schüler gegen die Schülerinnen und Schüler anderer Schulen in verschiedenen Sportarten an. Der offizielle Titel des Wettbewerbs lautet Landessportfest der Schulen *Jugend trainiert für Olympia*, welcher auf Kreis-, Regierungsbezirks-, Landes- und schlussendlich Bundesebene ausgetragen wird. Während die Austragungsorte von Kreis- bis Landesebene variieren und jede Schule einmal als Ausrichter ein Spiel oder ein Turnier organisiert, wird das Bundesfinale jährlich in Berlin ausgetragen. Hierbei ist es für die Schülerinnen und Schüler eine besondere Ehre, die Schule bei den Wettkämpfen vertreten zu dürfen. Besondere Erfolge bei diesen Wettkämpfen erzielen hierbei seit Jahren die Ruderer und die Volleyballerinnen.

Folgende Schulmannschaften meldet das Comenius-Gymnasium jährlich zur Teilnahme am Landessportfest für Schulen an:

Fußball:	WK II männlich WK IV männlich
Badminton:	WK I gemischt WK III gemischt
Basketball:	WK I männlich
Tischtennis:	WK I männlich
Volleyball:	WK I weiblich WK II weiblich WK III weiblich

Schulinternes Curriculum Sport Sek. I am Comenius-Gymnasium Datteln

Beachvolleyball	WK II gemischt
Hockey	WK III männlich
Rudern	WK III/II
Judo	WK III/II

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 ermutigen und sie in ihren vielfältigen Anforderungen einer dualen Karriere von Schule und Leistungssport individuell zu unterstützen.

Darüber hinaus wirbt das Comenius-Gymnasium für die Durchführung von Sportabzeichen und der Abnahme von Jugendschwimmabzeichen.

Aber auch im alltäglichen Leben wird Bewegung am Comenius-Gymnasium auf vielfältige Weise in den Schulalltag integriert und es wird versucht, sowohl jüngere Schülerinnen und Schüler als auch ältere Schülerinnen und Schüler für die Bewegung und Gesunderhaltung ihres Körpers zu begeistern. Aus diesem Grund werden Bewegungsangebote nicht nur im Sportunterricht und sportlichen Arbeitsgemeinschaften angeboten, sondern auch Bewegungsgelegenheiten im Unterricht sämtlicher Fächer integriert. Das Konzept sieht im Hinblick auf die Integration von Bewegungsanteilen in den Unterricht vor, dass Kolleginnen und Kollegen Bewegungspausen in ihren Fachunterricht integrieren, auch wenn sie keine Sportlehrerinnen und Sportlehrer sind. Um die Kolleginnen und Kollegen dabei zu unterstützen, gibt es für die Jahrgangsstufen 5 bis 9 einen Reader mit ausgewählten Übungen, die die Kolleginnen und Kollegen in den Klassenräumen durchführen können. Materialien dazu stehen z. T. in den Klassenräumen zur Verfügung. Für die Oberstufe gibt es ebenfalls eine Handreichung mit Übungen, die jedoch aufgrund des Kursunterrichts ohne Materialien durchgeführt werden müssen.

Vor allem in den Pausen sollen den Schülerinnen und Schülern Gelegenheiten geboten werden sich zu bewegen und somit für einen Ausgleich zu dem weitestgehend bewegungsarmen Unterricht in den Klassenräumen zu sorgen. Neben der Gestaltung des Schulgeländes mit den entsprechenden Bewegungsgeräten gibt es sowohl an der Dependance als auch am Hauptgebäude des Gymnasiums die Möglichkeit für die Schülerinnen und Schüler während der großen Pausen Spielgeräte auszuleihen, die sie während der Pause nutzen können. An der dafür eingerichteten „Sportbeere“ können die Schülerinnen und Schüler gegen ein Pfand (z. B. Schülerschein) Spiel- und Sportgeräte ausleihen. Die Verwaltung der „Sportbeere“ liegt in den Händen der Sporthelfer, die den Kiosk betreiben und für die Vollständigkeit der Materialien verantwortlich sind.

Grundsätzlich fördert das Comenius-Gymnasium die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass sie ...

- in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hochzuhalten und zu manifestieren,
- Wissen über Gesundheit und Fitness im und durch Sport besitzen,
- Wissen über Gesundheit und Fitness des eigenen Körpers besitzen und diese differenziert wahrnehmen können und
- Wissen über die eigenen Lernstrategien besitzen und diese anwenden können.

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 Wahlpflichtbereich II (z. B. Sport plus), im Kurssystem der gymnasialen Oberstufe (z. B. in Form von Projektkursen) sowie in

Projekten (z. B. dem Erwerb des Rettungsschwimmer Bronze in Zusammenarbeit mit der DLRG in der Jahrgangsstufe 9) vertieft Einblick in fächerübergreifendes und wissenschaftspropädeutisches Arbeiten zu erhalten. Vor diesem Hintergrund wird die fachliche Handlungskompetenz der Schülerinnen und Schüler bis zum Abitur vertieft. Ziel ist es Bewegung, Spiel und Sport differenziert, begründet und reflektiert in die eigene Lebensgestaltung zu integrieren.

1.2 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.

Die bzw. der Fachvorsitzende koordiniert und begleitet die Unterrichtsentwicklung sowie die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne.

1.3 Sportstättenangebot

Sportstätten der Schule:

- 1 schuleigene Dreifachsporthalle
- 1 schuleigene Turn-/Gymnastikhalle mit Spiegeln und Ausstattung (Kulturzentrum)
- 1 schuleigener Sportplatz mit ungenormter Aschebahn
- 1 Tartanplatz mit fest installierten Toren und Basketballkörben

Im Umfeld der Schule:

- Parkgelände im unmittelbaren Umfeld der Schule
- Nutzung des städtischen Hallenbades zu festgelegten Zeiten
- Nutzung des Sportplatzes „Sportpark Mitte“ mit einer 400-m-Tartanlaufbahn, 2 Sprunggruben sowie 2 Kugelstoßanlagen und einem Beachvolleyballfeld
- Zwei Kunstrasenplätze in unterschiedlicher Größe
- Nutzung der Boote des Dattelner Ruderclubs (Kooperationsvereinbarung)

2. Entscheidungen zum Unterricht

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

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

Das „Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben“ dient der Gewährleistung vergleichbarer Standards sowie der Absicherung von Lerngruppenübertritten und Lehrkraftwechseln. Abweichungen von den vorgeschlagenen Vorgehensweisen bezüglich der konkretisierten Unterrichtsvorhaben sind im Rahmen der pädagogischen Freiheit der Lehrkräfte jederzeit möglich. Sicherzustellen bleibt allerdings auch hier, dass im Rahmen der Umsetzung der Unterrichtsvorhaben insgesamt alle Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans Berücksichtigung finden.

3. Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit

Die Fachkonferenz des Comenius-Gymnasiums hat die folgenden fachmethodischen und fachdidaktischen Grundsätze für ihre fachliche Arbeit festgelegt. In diesem Zusammenhang beziehen sich die Grundsätze 1 bis 14 zunächst auf fächerübergreifende Aspekte, die fachspezifischen Grundsätze folgen im Anschluss.

3.1 Überfachliche Grundsätze

- 1.) Geeignete Problemstellungen zeichnen die Ziele des Unterrichts vor und bestimmen die Struktur der Lernprozesse.
- 2.) Inhalt und Anforderungsniveau des Unterrichts entsprechen dem Leistungsvermögen der Schüler/innen.
- 3.) Die Unterrichtsgestaltung ist auf die Ziele und Inhalte abgestimmt.
- 4.) Medien und Arbeitsmittel sind schülernah gewählt.
- 5.) Die Schüler/innen erreichen einen Lernzuwachs.
- 6.) Der Unterricht fördert eine aktive Teilnahme der Schüler/innen.
- 7.) Der Unterricht fördert die Zusammenarbeit zwischen den Schülern/innen und bietet ihnen Möglichkeiten zu eigenen Lösungen.
- 8.) Der Unterricht berücksichtigt die individuellen Lernwege der einzelnen Schüler/innen.
- 9.) Die Schüler/innen erhalten Gelegenheit zu selbstständiger Arbeit und werden dabei unterstützt.
- 10.) Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Partner- bzw. Gruppenarbeit.
- 11.) Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Arbeit im Plenum.
- 12.) Die Lernumgebung ist vorbereitet; der Ordnungsrahmen wird eingehalten.
- 13.) Die Lehr- und Lernzeit wird intensiv für Unterrichtszwecke genutzt.
- 14.) Es herrscht ein positives pädagogisches Klima im Unterricht.

3.2 Fachliche Grundsätze

Der Sportunterricht am Comenius-Gymnasium folgt den Prinzipien eines **erziehenden Sportunterrichts**. Die Unterrichtsgestaltung ist durch schüleraktivierendes und selbst gesteuertes Lernen geprägt.

Im Sinne der **Kompetenzorientierung** geht es im Sportunterricht darum, erworbenes Wissen über sportliche Zusammenhänge sowie motorisches Können in unterschiedlichen Anforderungssituationen anwenden zu können.

Dazu werden von den Fachkolleginnen und -kollegen **individualisierte Lernarrangements** geschaffen, die auf der **Diagnose der Lernausgangslage** basieren und an den Stärken der Schülerinnen und Schüler ausgerichtet sind.

Die Reflexion über Ziele und Methoden sowie die Beurteilung von Lernwegen und Lernprodukten erfolgt nach dem Prinzip der **reflektierten Praxis** auf der Übungsstätte. Diese Verknüpfung von Theorie und Praxis führt zu einem bewussten Lernen und sichert Kenntnisse in den Kompetenzbereichen Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz. Wesentliche Unterrichtsergebnisse werden gesichert und visualisiert, damit dieser Erkenntnisgewinn im Verlauf des Unterrichtsvorhabens weiter genutzt werden kann. In der Regel wird im Sportunterricht eine **Praxis-Theorie-Verknüpfung** angestrebt.

Beiträge zur Unterrichtsgestaltung u.a. unterschiedliche Formen der selbstständigen und kooperativen Aufgabenerfüllung innerhalb eines Unterrichtsvorhabens gehören zu den Bestandteilen der sonstigen Mitarbeit und sind von allen Schülerinnen und Schülern in jedem Halbjahr zu erbringen.

Hausaufgaben werden dann gestellt, wenn sie der Vorbereitung des Unterrichts dienen oder die im Unterricht initiierten Prozesse der Vertiefung oder Dokumentation bedürfen.

4. Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

Die Leistungsbewertung folgt einem pädagogisch umfassenden Leistungsverständnis. Dabei bezieht sich diese insgesamt auf die im unterrichtlichen Zusammenhang erworbenen Kompetenzen in allen Kompetenzbereichen und berücksichtigt unterschiedliche Formen der Lernerfolgskontrolle. Das bedeutet, dass einerseits das sportliche Können der Schülerinnen und Schüler bewertet, andererseits seine zw. Ihre kognitiven, und sozialen Fähig- und Fertigkeiten begutachtet werden.

Bewertet wird, wie die Schülerin bzw. der Schüler

1. ihr bzw. sein Bewegungskönnen zeigt (u. a. technisches, taktisches, konditionelles, kreativ-gestalterisches Können),
2. sich auf Unterrichtssituationen einlässt,
3. Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringt,
4. Erfahrungen, Kenntnisse strukturiert wiedergibt,
5. Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern kann,
6. motorische Grundeigenschaften funktionell erweitert hat,
7. sportliches Können weiterentwickeln und
8. sportliches Handeln zusammen mit anderen regeln kann.

Siehe Bewertungstabelle „Sonstige Mitarbeit“ für das Fach Sport auf den folgenden Seiten!

4.1 Bewertungstabelle für das Fach Sport im Bereich „Sonstige Mitarbeit“

Note	Aktivität/Kontinuität (ca. 10 %)	Sportliche Aktivitäten* (ca. 50 %)	Kognitive Phasen (ca. 25 %)	Soziales Engagement (ca. 15 %)
1	Freiwillig und sehr engagiert teilnehmend	Herausragende Leistungen (körperlich wie auch taktisch)	Richtiges Aufgreifen der Gedanken, Auseinandersetzung mit der Fragestellung	Immer vorhanden (Auf- und Abbauen von Geräten; anderen helfen)
2	Freiwillig und engagiert teilnehmend	Gute sportliche Leistungen und mannschaftstaktische Entscheidungen	Richtungsweisende Impulse, Begründungen	Engagiert (Auf- und Abbauen von Geräten; anderen helfen)
3	Freiwillig teilnehmend	Solide sportliche Leistungen bzw. mannschaftstaktisches Verhalten	Behaupten, belegen, fortführen	Nach Aufforderung immer (Auf- und Abbauen von Geräten; anderen helfen)
4	Gelegentliche, freiwillige Teilnahme	Unterdurchschnittliche sportliche Leistungen sowie Schwächen im taktischen Verhalten	Zusammenfassen von besprochenen Themen	Selten (Auf- und Abbauen von Geräten; anderen helfen)
5	Teilnahme nur nach Aufforderung	Sehr schwache sportliche Leistungen, kaum taktisches Verständnis	Wiederholungen nicht auf dem Stand des Unterrichts	fast nie (Auf- und Abbauen; anderen helfen)
6	Trotz Aufforderung keine Teilnahme	Keine Leistungen	Nichts zur Sache	nie

*siehe Bewertungsschemata für einzelne Sportbereiche

5. Qualitätssicherung und Evaluation

5.1 Maßnahmen der fachlichen Qualitätskontrolle

Am Comenius-Gymnasium Datteln wird der Unterricht durch die Fachkonferenz regelmäßig evaluiert. Weitere Arbeits- und Fortbildungsschwerpunkte der Fachkonferenz (Auffrischung der Rettungsfähigkeit, weitere fachinterne Fortbildungen, Weiterentwicklung von Aufgabenformaten etc.), werden dementsprechend analysiert und perspektivisch entwickelt.

5.2 Pläne zur regelmäßigen Evaluation des schulinternen Curriculums

Die Fachkonferenz Sport evaluiert in regelmäßigen Abständen die Qualität und Gestaltung ihrer Unterrichtsvorhaben. Bei veränderten Ausgangsbedingungen (neues Sportstättenangebot, Kooperation mit schulischen und außerschulischen Partnern, neuen Trendsportarten etc.) können auf der Basis des KLP Sport jederzeit Anpassungen vorgenommen werden.

Themenübersicht Klasse 5

Themen	Zeitlicher Umfang	Kompetenzerwartungen
<i>Das ABC des Basketballs</i> - Ausgewählte grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten im Basketball im Hinblick auf ein erfolgreicherer Handeln im (vereinfachten) Zielspiel anwenden können.	20 Stunden	6 BWK 7.1, 7.2, 7.3; 6 SK e2, a2; 6 MK a1, a2; 6 UK e1, a1
<i>Fährpläi ... aber richtig!</i> - Ausgewählte kleine Spiele fair und regelkonform spielen, sowie modifizieren und im Hinblick auf das Spielerlebnis beurteilen.	16 Stunden	6 BWK 2.1, 2.2, 2.3, 2.4; 6 SK e1, e2; 6 MK e1, e2; 6 UK e1
<i>Höher, weiter, schneller-</i> Ausgewählte Themen der Leichtathletik im Hinblick auf die Vorbereitung auf einen Klassenwettkampf	16 Stunden	6 BWK 3.1; 6 BWK 3.2; 6 BWK 3.3 6 SK a1; 6 SK d1; 6 MK a1; 6 MK a2; 6 UK a1; 6 UK d1
<i>Rolle, Handstand, Rad-</i> Grundlegende Bewegungsfähigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen.	16 Stunden	6 BWK 5.1, 5.2, 5.3; 6 SK a1, a2, c1; 6 MK a1, a2; 6 UK a1
<i>Gymnastik- Was ist das?</i> Ausgewählte Handgeräte und deren grundlegende Techniken kennenlernen mit dem Ziel, die erlernten Fähigkeiten in einer Kür umzusetzen	16 Stunden	6 BWK 6.1; 6 SK b1; 6 SK b2; 6 MK b1; 6 UK b1
<i>Gut vorbereitet für den Sport</i> – Allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und strukturiert durchführen	8 Stunden	6 BWK 1.1; 6 BWK 1.2; 6 SK f2, 6 MK d1, 6 UK f1
<i>Sich zusammen anstrengen und Spaß haben</i> – Vorbereitung, Durchführung und Evaluation eines 15-min-Laufs zur Einschätzung der individuellen Leistungsfähigkeit.	14 Stunden	6 BWK 1.2; 6 BWK 1.4; 6 SK d1, d2, d3; 6 MK d1; 6 UK d1, f1
<i>Springen, Stützen, Schwingen</i> – Grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Parallelbarren und an Sprunggeräten erlernen	16 Stunden	6 BWK 1.3, 5.2, 5.3; 6 SK a2, c1; 6 MK a1, a2, c1; 6 UK a1, c1
<i>Mach doch wasse willst</i> - Freiraum	x Stunden	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 20	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
<p><i>Das ABC des Basketballs</i> - Ausgewählte grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten im Basketball im Hinblick auf ein erfolgreicherer Handeln im (vereinfachten) Zielspiel anwenden können.</p>		
<p>BF/SB: 7 Spielen in oder mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) 	
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiel Basketball 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Interaktion im Sport (e) • Struktur und Funktion von Bewegung (a) 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten in vielfältigen Spielformen anwenden (6 BWK 7.1), • 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), • in dem ausgewählten Mannschaftsspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden (6 BWK 7.3). 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben (6 SK e2), • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen (6 SK a2), <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen (6 MK a1), • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (6 MK a2), <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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) • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen (6 UK a1). 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Basistechniken des Basketballspiels erlernen und anhand von Bewegungs-merkmalen bewerten: Dribbling, Parallelstopp, Druckpass, Positionswurf, Abwehrstellung; - Grundlegende Regeln umsetzen (Spielfeldbegrenzung, Doppeldribbel, Schrittfehler, „körperloses Spiel“); - Freilaufen und Anbieten; - Manndeckung; - Reflexion über Sicherheitsaspekte im Umgang mit dem Ball; - Reflexion von Eigen- und Fremdverhalten in Spielsituationen; <p>Fachbegriffe: Bewegungsmerkmale, Sicherheitskriterien, Regelwerk</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Stationenbetrieb zum Üben der Techniken und Spielformen; - Spielreihen: von einfachen Spielformen zum vereinfachten Zielspiel; - Übungsreihen zum Technikerwerb (Dribbling, Positionswurf, Druckpass, Parallelstopp); - Partnerbeobachtung zur Bewegungskorrektur; - Anforderungsdifferenzierte Stationen/Materialien; 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale der Fertigkeiten/Techniken; - Partnereinschätzung anhand der Bewegungsmerkmale; - Angriffsverhalten und Abwehrverhalten; - Grundlegendes Regelverständnis; <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dribbeln, Handwechsel, Druckpass, Positions-/Korbwurf, Abwehrstellung, Parallelstopp, Doppeldribbel, Schrittfehler, Wurfhand 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aktive Mitarbeit im Unterricht; • taktisch sinnvolles Verhalten in Spielformen (z. B. gezieltes Freilaufen und Anbieten); • faires und teamorientiertes Verhalten im Spiel; • individuelle motorische Verbesserung in den Grundtechniken; • diszipliniertes und zielgerichtetes Mitarbeiten in den Übungsformen; • verantwortungsbewusstes Verhalten bei der Partnerkorrektur; <p>punktuell:</p> <p>Überprüfung der Basistechniken (z. B. Dribbling, Parallelstopp, Korbwurf) in einer kombinierten Übung</p>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 2.1
<i>Fährpläi ... aber richtig!</i> – Ausgewählte kleine Spiele fair und regelkonform spielen, sowie modifizieren und im Hinblick auf das Spielerlebnis beurteilen.		
BF/SB: 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Inhaltsfeld: <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele und Pausenspiele 	Inhaltlicher Schwerpunkt: <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen (6 BWK 2.1), • Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten (6 BWK 2.2), • lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u. a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen (6 BWK 2.3), • unterschiedliche und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen (6 BWK 2.4). 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen (6 SK e1), • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben (6 SK e2), MK <ul style="list-style-type: none"> • 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), UK <ul style="list-style-type: none"> • 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). 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Materialkunde und Sicherheitskriterien; - verschiedene Gruppenbildungsprozesse; - Erlernen und Gestalten von Regelstrukturen; - kooperatives, teamorientiertes Spiel; - Akzeptanz von Spielleitungsentscheidungen; - Frustrationstoleranz; <p>Fachbegriffe: Spielregeln, Ordnungsrahmen</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Vorstellung von Materialien im Zusammenhang mit sachgerechtem Umgang; - Erstellung von Aufbauplänen; - Vermittlung und einüben von Ordnungsrahmen; - Initiieren von verschiedenen Gruppenbildungsprozessen; - Erstellen von (kurzen) Regelplakaten für unterschiedliche Spielformen; - Einnehmen der Spielleitungsrolle; - transparente Konsequenzen bei Regelverstößen und unfairem Verhalten; - Gestaltung von Spielvarianten in Kleingruppen anhand bestimmter Regelkategorien; 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gruppenbildungsprozesse reflektieren; - Bewertung von Spielerlebnis und –ergebnis; - individual- und gruppentaktisches Spielverhalten; - Bewertung der verschiedenen selbstgestellten Spielvarianten anhand des Spielerlebnisses; - Regelverstöße besprechen; - Vereinbarungen adaptieren; <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fairness, Fair Play, Reihenaufstellung, Gassenaufstellung, Innen- und Außenstirn(halb)kreis, Spielidee, Spielfeld, Spielmaterial, Spieleranzahl, Spielzeit, Zusatzregeln 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Engagement bei Auf- und Abbau von Spiel- und Sportgeräten; - faires und rücksichtsvolles Spielverhalten; - individual- und gruppentaktisches Spielverhalten und –verständnis; - Spiele und Regeln kriterienorientiert entwickeln; - sich individuell motorisch verbessern; <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organisation, Ausarbeitung und Durchführung der eigenen Spielvariante

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 3.1
<p><i>Höher, weiter, schneller-</i> Ausgewählte Themen der Leichtathletik im Hinblick auf die Vorbereitung auf einen Klassenwettkampf</p>		
<p>BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungenlernen (a) • Leistung (d) 	
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegendes leichtathletisches Bewegen 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) • Grundlagen motorischen Lernens (a) • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d) • Leistungsverständnis im Sport (d) 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen (6 BWK 3.1), • leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen (6 BWK 3.2), • einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfvhaltens durchführen (6 BWK 3.3) 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben (6 SK a1), • die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen (6 SK d1), <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen (6 MK a1), • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (6 MK a2), <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen (6 UK a1), • ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen (6 UK d1). 	

<p style="text-align: center;">Didaktische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Methodische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p style="text-align: center;">Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - schnelles Laufen; - weites und hohes Springen (Erlernen der technischen Grobformen); - weites und zielgenaues Werfen (Erlernen der technischen Grobformen bzw. Erhöhen der Präzision); - Reflexion über die eigene Leistungsfähigkeit; <p>Fachbegriffe:</p> <p>Bewegungsmerkmale der leichtathletischen Techniken:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sprint (schnelles Laufen), - Sprung (Stemmschritt), - Wurf (Abwurfwinkel, -geschwindigkeit) 	<ul style="list-style-type: none"> - Vom Leichten zum Schweren, von der Grobform in Richtung Zielform; - spielbezogenes Lernen, anfänglich ohne direkten Wettkampf und Messen von Weiten, Höhen und Zeiten; - sich messen mit dem Partner, mit der Gruppe; - Variation der Streckenlängen; - Erleichterung des Absprungs (Weit) vom Kasten; - Hochsprung über Zauberschnur; - Werfen über Hindernisse (hoher Abwurf); - Variabler Kräfteinsatz beim Abwurf (Zielen) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengung („aus der Puste“) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sich individuell motorisch verbessern <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Partnerwettkämpfe (Sprint) - Sprungduelle (weit und hoch) - Leistungen im Dreikampf aus Sprint, Weitsprung und Ballwurf

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 5.1
<p><i>Rolle, Handstand, Rad-</i> grundlegende Bewegungsfähigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen.</p>		
<p>BF/SB: 5 Bewegen an Geräten - Turnen</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Wagnis und Verantwortung (c) 	
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) • Handlungssteuerung (c) 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Rollen, Springen) am Boden (6 BWK 5.1), • eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen am Boden demonstrieren (6 BWK 5.2), • grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (6 BWK 5.3) 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben (6 SK a1), • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen (6 SK a2), • die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben (6 SK c1), <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen (6 MK a1), • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen und Visualisierungen) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (6 MK a2), <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen (6 UK a1) 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - „Rückenschaukel“; - Variationen von Rollbewegungen: Rolle vw aus dem Stand, Sprungrolle, Flugrolle, Rolle rw, Rolle rw in die Grätsche, etc.; - Handstand: Handstand an der Wand, Aufschwingen in den Handstand, Handstand abrollen, etc.; - Radschlag, Radschlagvariationen (Radwende, Rad li, etc.); - verbindende (gymnastische Elemente; Sprünge, Standwaage, etc.); - Entwicklung einer individuellen Kür; - fach- und sachgerechter Auf- und Abbau von Bodenturnmatten <p>Fachbegriffe: Bewegungsmerkmale, Sicherheitskriterien</p>	<ul style="list-style-type: none"> - lehrerorientiertes Vorgehen bei dem Erlernen der neuen Bewegungen; - lehrerorientiertes Anleiten beim Auf- und Abbau der Bodenturnmatten; - FortgeschrittenereSuS als „Experten“ einbinden; - Deduktive Vermittlung der relevanten Helfergriffe; - freie Übungszeit zum Erstellen der Kür 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale und Bewertungskriterien bei den eingeführten Bewegungen erkennen und in Ansätzen beurteilen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rolle vw und rw, Handstand, Radschlag, Verbindungselemente, Kür, Klammergriff, Dreh-Klammergriff 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sicherer Auf- und Abbau der Geräte; - kooperatives Verhalten während aller Unterrichtsphasen; - diszipliniertes Üben während der freien Übungszeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung der Kür hinsichtlich folgender Aspekte: Bewegungsqualität, Vollständigkeit, Bewegungsfluss

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 6.1
<p><i>Gymnastik- Was ist das?</i>- Ausgewählte Handgeräte und deren grundlegende Techniken kennenlernen mit dem Ziel, die erlernten Fähigkeiten in einer Kür umzusetzen</p>		
<p>BF/SB: 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsgestaltung (b) 	
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Variation von Bewegung (a) • Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b) 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen (6 BWK 6.1) 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen (6 SK b1), • Grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen (6 SK b2), <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten (6 MK b1), <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen (6 UK b1) 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reifen: Schwingen/Kreisen; Werfen/Fangen; Zwirbeln; Durchspringen und Überspringen des Reifens; Rollen - Band: Schlangen/Spiralen; Kreisen; Werfen und Fangen - Ball: Prellen, Halten, Schwingen/Führen, Werfen/Fangen, Rollen - Seil: Schwingen/Kreisen/Achter, Durchschläge, Werfen und Fangen, Seilstopps/Wicklungen - verbindende (gymnastische Elemente; Sprünge, Standwaage, etc.); - Entwicklung einer individuellen Kür; - fach- und sachgerechter Auf- und Abbau von Bodenturnmatten <p>Fachbegriffe: Bewegungsmerkmale, Sicherheitskriterien</p>	<ul style="list-style-type: none"> - lehrerorientiertes Vorgehen bei dem Erlernen der neuen Bewegungen; - lehrerorientiertes Anleiten beim Umgang mit den Handgeräten (Band, Seil, Reifen, Ball); - Fortgeschrittenere SuS als „Experten“ einbinden; - freie Übungszeit zum Erstellen der Kür 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale und Bewertungskriterien bei den eingeführten Bewegungen erkennen und in Ansätzen beurteilen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Handgerät (Reifen, Ball, Seil, Band) - Schwingen und Kreisen - Werfen und Fangen - Zwirbeln - Durchspringen - Wellen/Schlangen und Spiralen, Kreisen - Achterbewegungen - Prellen, Halten - Schwingen/Führen - Standwaage, Kerze - Position 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sachgerechter Umgang mit den Handgeräten; - kooperatives Verhalten während aller Unterrichtsphasen; - diszipliniertes Üben während der freien Übungszeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung der Kür hinsichtlich folgender Aspekte: Bewegungsqualität, Vollständigkeit, Bewegungsfluss, Kreativität

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
<i>Gut vorbereitet für den Sport</i> – Allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und strukturiert durchführen		
BF/SB: 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Leistung (d) • Gesundheit (f) 	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeines und spezielles Aufwärmen 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d) • Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> – sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen (6 BWK 1.1), • eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen (6 BWK 1.2) 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen (6 SK f2), MK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden (6 MK d1), UK <ul style="list-style-type: none"> • körperliche Anstrengung anhand der Reaktion des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen können (6 UK f1) 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Abfrage von Vorerfahrungen der SuS bzgl. Aufwärmen auf sportliche Bewegung - Festlegung wichtiger Parameter der sportlichen Vorbereitung (Kleidung, Sicherheitsaspekteetc.) - Durchführung verschiedener altersgerechter Aufwärmprogramme in verschiedenen Intensitätsstufen - Beobachtung der eigenen Körperreaktionen und der KR der Mitschüler - Beschreibung des Zusammenhangs zwischen Aufwärmprogramm und Körperreaktionen - Entwicklung eines ggfs. differenzierten Aufwärmprogramms mit eingebettetem oder angeschlossenem Kräftigungsprogramm - Erarbeitung von Kriterien für angemessene Aufwärmspiele <p>Fachbegriffe: Aufwärmen, statisches und dynamisches Dehnen, Intensität, Dauer, Puls</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Unterrichtsgespräch zu Vorerfahrungen bzgl. Vorbereitung auf sportliche Bewegung - Partnerarbeit: SuS beobachten sich gegenseitig bei der Durchführung verschieden intensiver Aufwärmprogramme - welche unterschiedlichen Körperreaktionen nehmen sie wahr - Kooperative Erarbeitung eines allgemeinen Aufwärmprogrammes, dass im Laufe des UV in jeder Stunde durchgeführt werden soll und regelmäßig hinterfragen und ggfs. erweitert werden soll 	<p>Reflektierte Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durchführbarkeit von intensiven Aufwärmprogrammen im Sportunterricht - Verschiedene Ausprägung der Körperreaktionen und ihre Bedeutung für die Gesundheit - Was muss bei der Vorbereitung auf Sporttreiben besonders berücksichtigt werden? - Welcher Fortschritt wurde beim Aufbau von Muskel- und Körperspannung erreicht - Auswirkung dieser Veränderung auf die Gesundheit - Beurteilung von bekannten Aufwärmspielen in Kleingruppen auf Grundlage der gemeinsam erarbeiteten Kriterien; <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Herzfrequenz, Körpertemperatur, Atemfrequenz, Muskelkraft/-Spannung, Körperspannung, statische vs. dynamische Beanspruchung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - inhaltliche Mitarbeit in Reflexionsphasen; - aktive Teilnahme am Unterrichtsgeschehen; <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> -

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 1.2
<i>Sich zusammen anstrengen und Spaß haben</i> – Vorbereitung, Durchführung und Evaluation eines 15-min-Laufs zur Einschätzung der individuellen Leistungsfähigkeit.		
BF/SB: 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Leistung (d) • Gesundheit (f) 	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • Aerobe Ausdauerfähigkeit • Motorische Grundfähigkeiten und –fertigkeiten: Elemente der Fitness 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d) • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen (6 BWK 1.2), • eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z. B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen (6 BWK 1.4) 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • Die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen (6 SK d1), • psycho-physische Leistungsfaktoren (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen (6 SK d2), • psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben (6 SK d3), MK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden (6 MK d1), UK <ul style="list-style-type: none"> • ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen (6 UK d1), • körperliche Anstrengung anhand der Reaktion des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen können (6 UK f1) 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vorstellen unterschiedlicher Bewegungsfelder für aerobe Ausdauerleistungen; - Einführung der motorischen Grundfähigkeiten und Leistungsfaktoren; - Erkennen der motorischen Grundfähigkeiten und Leistungsfaktoren in unterschiedlichen Anforderungssituationen; - Erstellung eines kriteriengeleiteten Beurteilungsbogens der individuellen Leistungsfähigkeit; - Einordnung der gewonnenen Erkenntnisse in Bezug auf den Zusammenhang zwischen körperlicher Anstrengung und Gesundheit <p>Fachbegriffe: motorische Grundfähigkeiten, psycho-physische Leistungsfaktoren und Körperreaktionen, Gesundheit</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Erstellung einer Übersicht über Bewegungsfelder und geforderte Mindestleistungen; - stationsgebundene Bewegungsaufgaben zur Differenzierung zwischen den motorischen Grundfähigkeiten; - Differenzierung von Anforderungssituationen, um unterschiedliche Ausprägung von Leistungsfaktoren und Grundfähigkeiten herauszuarbeiten; - Methoden und Prinzipien zur Optimierung der individuellen aeroben Ausdauerleistungsfähigkeit; - Erarbeitung von Methoden zur Erfassung körperlicher Leistungsfähigkeit 	<p>Reflektierte Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durchführbarkeit der Bewegungsfelder im Sportunterricht; - verschiedene motorische Grundfähigkeiten; - wie sind die verschiedenen Optimierungsmethoden anzuwenden; - muss bei der Erfassung der Leistungsfähigkeit differenziert werden; - Wann ist Sport gesund / ungesund? - Was macht Sport gesund / ungesund? <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit, Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Herzfrequenz, Atemfrequenz, aerob, anaerob, Leistung, Gesundheit, ausgewählte Risikofaktoren 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - inhaltliche Mitarbeit in Reflexionsphasen; - aktive Teilnahme am Unterrichtsgeschehen; - Beurteilungsbogen kriterienorientiert entwickeln; - Optimierung der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit nach erarbeiteten Methoden und Prinzipien vorantreiben <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ausgewählte Methoden zur Erfassung von Körperlicher Leistungsfähigkeit; - Nutzung des kriteriengeleiteten Beurteilungsbogens der individuellen Leistungsfähigkeit; - Erbringung der Mindestanforderung im ausgewählten Bewegungsfeld

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 5.2
<p><i>Springen, Stützen, Schwingen</i> – Grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Parallelbarren und an Sprunggeräten erlernen</p>		
<p>BF/SB: 1 – Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen, 5 Bewegungen an Geräten – Turnen</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Wagnis und Verantwortung (c) 	
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motorische Grundfähigkeiten und –fertigkeiten • Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a) • Handlungssteuerung (c) 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden (6 BWK 1.3), • eine Bewegungsverbinding aus turnerischen Grundelementen am Barren demonstrieren (6 BWK 5.2), • grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (6 BWK 5.3) 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen (6 SK a2), • die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben (6 SK c1), <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen (6 MK a1), • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen und Visualisierungen) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (6 MK a2), • verlässliche Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen (6 MK c1), <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen (6 UK a1), • einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen (6 UK c1) 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <p><u>Parallelbarren:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Gerätegewöhnung (Schwingen, Stützen, Hangeln und Balancieren durch und über das Gerät); - Grätschsitz; - Außenquersitz; - Kehre / Wende; - Oberarmrolle; <p><u>Sprung:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Gerätegewöhnung Sprungbrett (Anlauf und Absprung); - Gerätegewöhnung (Hockwenden, Aufhocken, Aufknien, Strecksprung); - Hocksprung über den Kasten (längs, quer); - Grätschsprung (Längskasten, Bock) <p>Fachbegriffe: Bewegungsmerkmale, Sicherheitskriterien</p>	<ul style="list-style-type: none"> - lehrerorientiertes Vorgehen bei dem Erlernen der neuen Bewegungen; - lehrerorientiertes Anleiten beim Auf- und Abbau der Geräte; - fortgeschrittenere SuS als „Experten“ einbinden; - deduktive Vermittlung der relevanten Helfergriffe; - freie Übungszeit zum Erstellen der Kür / Üben des Sprunges 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale und Bewertungskriterien bei den eingeführten Bewegungen erkennen und in Ansätzen beurteilen; - Sicherheitsbezogene Selbsteinschätzung im Übungs- und Lernprozess <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Parallelbarren: Schwingen, Stützen, Hangeln, Balancieren, Grätschsitz, Außenquersitz, Kehre/Wende, Oberarmrolle, Kür; - Sprung: Hocksprung, Grätschsprung, Stützphase, erste und zweite Flugphase; - Helfergriffe: Klammergriff, halber Klammergriff, Dreh-Klammergriff 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sicherer Auf- und Abbau der Geräte; - kooperatives Verhalten während aller Unterrichtsphasen; - diszipliniertes Üben während der freien Übungszeit; <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Parallelbarren: Bewertung der Kür hinsichtlich folgender Aspekte: Bewegungsqualität, Vollständigkeit, Bewegungsfluss; - Sprung: Bewertung des Sprunges hinsichtlich folgender Aspekte: Schwierigkeit, Bewegungsqualität, darunter Flugphasen (Körperstreckung, Stützwinkel, sichere Landung, Landepunkt)

Themenübersicht Klasse 6

Themen	Zeitlicher Umfang	Kompetenzerwartungen
<i>Ich schwimme sicher und lange!</i> - Ausgewählte Übungsformen zum Brustschwimmen zum Erlernen der Grobform einschließlich Atemtechnik, Start und Wende und zur Ausführung einer Mittelzeitausdauerleistung	1 Halbjahr	6 BWK 4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 6 BWK 1.4 6 SK a1, a2; 6 SK c1, 6 MK a2, c1; 6 UK c1
<i>Hart aber fair!</i> -In einfachen Gruppen – und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen.	14 Stunden	6 BWK 9.1, 9.2; 6 SK e1, e2, f1; 6 MK e2, f1; 6 UK e1
<i>Vom Fangen zum Baggern, vom Werfen zum Pritschen</i> – Ausgewählte grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten im Volleyball im Hinblick auf ein erfolgreicherer Handeln im vereinfachten Zielspiel anwenden.	20 Stunden	6 BWK 7.1, 7.2, 7.3; 6 SK e2, a2; 6 MK e1, a1, a2; 6 UK e1, a1
<i>Wer bremst, gewinnt</i> – Einen selbsterstellten niveaudifferenzierten Skate-Parcours sicherheitsbewusst bewältigen	12 Stunden	6 BWK 8.1, 8.2; 6 SK f1, c1; 6 MK f1
<i>Tanz</i> – Entwicklung einer kurzen Choreographie unter Berücksichtigung tanzstilspezifischer Kriterien	8 – 10 Stunden	6 BWK 6.2; 6 SK b1, b2; 6 MK b1, b2; 6 UK b1
<i>Mach doch wassewillst!</i> - Freiraum	x Stunden	

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 1 Halbjahr	Nummer des UVs im BF/SB: 4.1
<p><i>Ich schwimme sicher und lange!</i> - Ausgewählte Übungsformen zum Brust- und Rückenschwimmen zum Erlernen der Grobform einschließlich Atemtechnik, Start und Wende und zur Ausführung einer Mittelzeitausdauerleistung</p>		
<p>BF/SB: 4 Bewegungen im Wasser – Schwimmen BF/SB: 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Wagnis und Verantwortung (c) 	
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • Schwimmarten einschließlich Start und Wende • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser • Aerobe Ausdauerfähigkeit 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1) • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2) • Struktur und Funktion von Bewegung (a3) • Handlungssteuerung (c) 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung.</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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), • Grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen (6 BWK 4.2), • Eine Wechsellug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen (6 BWK 4.3), • In unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen (6 BWK 4.4), • eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen (6 BWK 1.4) 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben, (6 SK a1), • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen (6 SK a2), • die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben (6 SK c1) <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (6 MK a2), • verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen (6 MK c1) <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen (6 UK c1) 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Brustschwimmen; - Gleitphase beim Brustschwimmen - Atmen ins Wasser - Kipp- oder Drehwende - Rückenschwimmen (inklusive Start) - Kopfsprung, Kerze, Paketbombe - Streckentauchen - Tiefsuchen (fuß- und kopfwärts), 2m - Ausdauerleistung - Orientierung im Wasser <p>Fachbegriffe: Gleiten, Springen, Abtauchen, fußwärts, kopfwärts</p>	<ul style="list-style-type: none"> - lehrerorientiertes Vorgehen bei dem Erlernen der neuen Bewegungen; - Fortgeschrittenere SuS als „Experten“ einbinden 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auftrieb, Vortrieb - Schaffen einer Bewegungsvorstellung - Wagnis – Warum habe ich vor einigen Dingen Angst? - Orientierungshilfen im Wasser - Bewegungsphasen bei zyklischen Bewegungen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zyklische Bewegungen - Wagnis - Bewegungsvorstellung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kooperatives Verhalten während aller Unterrichtsphasen; - aktive Beteiligung; - diszipliniertes Üben; - Anstrengungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anforderungen für das Bronzeabzeichen (gültig ab 01/2020) - Technik Brustschwimmen (Atmung ins Wasser, Gleitphase) einschließlich Start und Wende - Technik Rückenschwimmen, inklusive Start und Wende

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 9.1
<i>Hart aber fair!</i> -In einfachen Gruppen – und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen.		
BF/SB:9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) • Gesundheit (f) 	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Kämpfen um Raum und Gegenstände • Kämpfen mit- und gegeneinander 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Interaktion im Sport (e) • Unfall und Verletzungsprophylaxe (f) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnern, Gegnern, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen (6 BWK 9.1), • in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen (6 BWK 9.2) 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln (6 SK e1), • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben (6 SK e2), • grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere Handeln benennen (6 SK f1), MK <ul style="list-style-type: none"> • in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren (6 MK e2), • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen (6 MK f1), UK <ul style="list-style-type: none"> • 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) 	

<p style="text-align: center;">Didaktische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Methodische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p style="text-align: center;">Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ringspiele ohne direkten Körperkontakt; - Kontaktspiele unter dem Aspekt des Abbaus von Berührungängsten; - Ring- und Kampfspiele um das Gleichgewicht; - Zieh- und Schiebekämpfe (um einen Gegenstand); - Ringspiele, bei denen nur mitbestimmten und auf bestimmte Körperteile(n) angegriffen werden darf; - Aufstellen von Regeln für Kampfspiele (Kampfrituale: Begrüßung, STOP-Signal etc.); - Ringspiele mit Körperkontakt mit dem ganzen Körper auf dem Boden; - Ringspiele mit dem ganzen Körper im Stand; - innerhalb einer Gruppe selbstständig Ring- und Raufspiele durchführen; - Bodenrandori <p>Fachbegriffe: Fairness, Rituale / Regeln, Kraft, Sicherheitskriterien</p>	<ul style="list-style-type: none"> - vertrauensbildende Übungen und Spiele zum Aufbau einer sicherheitsbewussten Unterrichtsatmosphäre; - vielseitige, stationsgebundene Bewegungsaufgaben mit dem Ziel, die eigene Kraft angemessen einzusetzen und einzuschätzen; - Erstellen von Kampfritualen (Begrüßung, STOP-Signal etc.); - Regeln nach und nach einführen, wenn benötigt → Motto: „So wenig wie möglich, so viel wie nötig“; - freie „Kampfzeit“ mit dem Ziel, sich gleichstarke Gegner zu suchen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sicherheitsbezogene Selbsteinschätzung der eigenen Kraft; - verschiedene „Kampftechniken“ erproben <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fairness, Rituale / Regeln, Kraft, Bodenrandori 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sicherer Auf- und Abbau der Geräte; - kooperatives Verhalten während aller Unterrichtsphasen; - aktive Beteiligung beim Erstellen von Kampfritualen; - diszipliniertes Üben während der freien „Kampfzeit“; - Anstrengungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - x

Jahrgangsstufe 6	Dauer des UVs: 20	Nummer des UVs im BF/SB: 7.2
<p><i>Vom Fangen zum Baggern, vom Werfen zum Pritschen – Ausgewählte grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten im Volleyball im Hinblick auf ein erfolgreicherer Handeln im vereinfachten Zielspiel anwenden.</i></p>		
<p>BF/SB: 7 Spielen in oder mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) 	
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiel Volleyball 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Interaktion im Sport (e) • Struktur und Funktion von Bewegung (a) 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten in vielfältigen Spielformen anwenden (6 BWK 7.1), • 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), • in dem ausgewählten Mannschaftsspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden (6 BWK 7.3) 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben (6 SK e2), • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen (6 SK a2), <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und –geräte gemeinsam auf- und abbauen (6 MK e1), • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen (6 MK a1), • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (6 MK a2), <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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), • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen (6 UK a1). 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Basistechniken des Volleyballspiels erlernen und anhand von Bewegungsmerkmalen bewerten: aktive Grundstellung, Pritschen, Baggern; - Ball-Gewöhnung; - grundlegende Regeln umsetzen (Spielfeldbegrenzung, „Ein-Kontakt“, Netzberührung, max. drei Kontakte im eigenen Feld; Aufschlagrecht); - Netzaufbau und Netzabbau; - Rotationsprinzip; - Kommunikation: Ich-Botschaften; - <i>fakultativ: Aufstellung im Spiel 3 mit/gegen 3 (1:2) und 4 mit/gegen 4 (1:2:1);</i> <p>Fachbegriffe: Bewegungsmerkmale, miteinander spielen vs. gegeneinander spielen, Rotationsprinzip, Absprache/Ich-Botschaften</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Spielgemäßes Konzept: Ball über die Schnur als Spielform mit ansteigender Komplexität, Übungsreihen zum Technikerwerb (Baggern, Pritschen), Fokus immer auch auf Kommunikation und Bewegung zum Ball; - Ball wird per Schockwurf eingeworfen, Angabe noch nicht thematisiert (koordinative Überforderung der SuS vermeiden); - Partnerbeobachtung zur Bewegungskorrektur; - anforderungsdifferenzierte und möglichst homogene Übungsgruppen und Mannschaften; 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale der Fertigkeiten/Techniken; - Partneereinschätzung anhand der Bewegungsmerkmale; - Angriffsverhalten und Abwehrverhalten; - grundlegendes Regelverständnis; - Wichtigkeit der Kommunikation; - <i>fakultativ: Aufstellungsformen/Positionen und Aufgaben;</i> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Baggern, Pritschen, aktive Grundstellung, Schockwurf, Angabe/Aufschlag 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aktive Mitarbeit im Unterricht; • Kommunikation und Bewegung zum Ball in der Spielform; • faires und teamorientiertes Verhalten im Spiel; • individuelle motorische Verbesserung in den Grundtechniken; • diszipliniertes und zielgerichtetes Mitarbeiten in den Übungsformen; • verantwortungsbewusstes Verhalten bei der Partnerkorrektur; <p>punktuell:</p> <p>Überprüfung der Basistechniken (Pritschen, Baggern) in einer isolierten Übung und im Zielspiel 4 mit 4 (+ Kommunikation, aktive Grundstellung, Bewegung zum Ball)</p>

Jahrgangsstufe 6	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 8.1
<i>Wer bremst, gewinnt</i> – Einen selbsterstellten niveaudifferenzierten Skate-Parcours sicherheitsbewusst bewältigen		
BF/SB: 8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Boots-sport/Wassersport	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheit (f) • Wagnis und Verantwortung (c) 	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Rollen und Fahren auf Rollgeräten 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Handlungssteuerung (c) • Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • 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), • grundlegende, gerätspezifische Anforderungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter bewegungsökonomischen oder gestalterischen Aspekten sicherheitsbewusst bewältigen (6 BWK 8.2) 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen (6 SK f1), • die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben (6 SK c1), MK <ul style="list-style-type: none"> • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen (6 MK f1) 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Materialkunde; - Skate-Roll-Gewöhnung inkl. Sturzverhalten; - Erlernen Bremstechniken + Beschleunigung; - Festigung sicheres Fahrverhalten; - Erstellung eines Skate-Parcours; - Individuelle Parcours-Bewältigung; - Reflexion über Sicherheitsaspekte und eigene Leistungsfähigkeit; <p>Fachbegriffe: Bewegungsmerkmale, Sicherheitskriterien</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Vertrauensbildende Übungen zum Aufbau einer sicherheitsbewussten Unterrichtsatmosphäre; - Fortgeschrittene als ‚Experten‘ bei Erstgewöhnung sowie Sturzverhalten; - Differenzierte, stationsgebundene Bewegungsaufgaben: Erlernen/ Festigen/ Verbessern der Bremstechniken in PA; - Erstellung einer Übersicht: Auswahl und Kombinationskriterien für eine sicherheitsbewusste Parcourserstellung; - Individualisierung: Passgenaue Einordnung in die entsprechende Leistungsgruppe (→ Diagnosebogen) - Kooperative Parcourserstellung in GA (ca. 3 Gruppen à 8 -10 Schüler → Lernaufgaben, Hilfekarten); - Fachbegriffe; - Erproben und Experimentieren; - Partnerkontrolle; 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Inline-Skate-Fahren nach individuellen und gemeinschaftlichen Kriterien; - Verschiedene Bremstechniken; - anforderungsdifferenzierte Skate-Parcours; - sicherheitsbezogene Selbsteinschätzung des Fahrverhaltens; <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • T-Stop, Heel-Stop, Kurven-Stop 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sicheres und rücksichtsvolles Fahrverhalten (MK und BWK) • Parcours kriterienorientiert entwickeln (MK) • sich individuell motorisch verbessern (BWK) • Gefahrenmomente und Herausforderungssituationen benennen und beschreiben (SK) <p>→Beobachtungsbogen</p> <p>punktuell:</p> <p>Überprüfung der Kompetenzerwartungen (z. B. zügig beschleunigen, sicher bremsen, kontrolliert Kurven fahren, geschickt Hindernisse umfahren und die Körperbalance wahren, verschiedene Anforderungen (→ hier Transport von Bällen) koordinieren) bei der Bewältigung der selbsterstellten Skate-Parcours</p>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 8-10	Nummer des UVs im BF/SB:6.2
<i>Tanz!</i> – Entwicklung einer kurzen Choreographie unter Berücksichtigung tanzstilspezifischer Kriterien		
BF/SB: 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: – Bewegungsgestaltung (b)	
Inhaltlicher Kern: – Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung	Inhaltliche Schwerpunkte: – Variation von Bewegung (a) – Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK – eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren (6 BWK 6.2)	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK – Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen (6 SK b1), – Grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen (6 SK b2), MK – Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten (6 MK b1), – Einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden (6 MK b2) UK – Kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen (6 UK b1)	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einfache Schritte: z.B. Step Touch, Chassé, Bounce, Plié, usw. - Armhaltungen: z.B. Hochhalte, Seithalte, Tiefhalte, Vorhalte, Rückhalte - Rhythmus erfahren und finden - Erstellen einer kurzen Choreographie als Gruppenarbeit (z. B. 32 Taktschläge) <p>Fachbegriffe: Bewegungsmerkmale, Raumwege, Dynamik, Zählzeit</p>	<ul style="list-style-type: none"> - lehrerorientiertes Vorgehen bei dem Erlernen der neuen Bewegungen; - schülerorientiertes Handeln beim Entwickeln von Aufstellungen/Formationen; - Fortgeschrittenere SuS als „Experten“ einbinden; - freie Übungszeit zum Erstellen der Choreographie (z. B. 32 Taktschläge/Gruppe) - ggf. können die Teile der einzelnen Gruppen anschließend als Gruppenprodukt hintereinander weggetanzt und zusammen präsentiert werden 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale und Bewertungskriterien bei den eingeführten Bewegungen erkennen und in Ansätzen beurteilen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Choreographie - Improvisation - Schritte, Schrittfolgen - Bewegungsausführung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kooperatives Verhalten während aller Unterrichtsphasen; - diszipliniertes Üben während der freien Übungszeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung der Choreographie hinsichtlich folgender Aspekte: Bewegungsqualität/Dynamik, Vollständigkeit, Bewegungsfluss, Kreativität

Themenübersicht Klasse 7

Themen	Zeitlicher Umfang	Kompetenzerwartungen
<i>Aufwärmen mit Sinn und Verstand</i> – Ein sportartspezifisches Aufwärmprogramm entwickeln, durchführen und evaluieren.	14 Stunden	10 BWK 1.1; 10 SK f1, f2; d1
<i>Besser Baggern, Pritschen und Aufschlagen!</i> – Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten im Volleyball mithilfe des bewussten sinnvollen Einsatzes von analogen und digitalen Medien steigern.	16 Stunden	10 BWK 7.2; 10 SK d3; 10 MK a2; 10 UK a3
Akrobatik	10 Stunden	10 BWK 5.1, 5.3; 10 SK a2; 10 MK a1, a3; 10 UK a1, a3
Gerätturnen – Felgbewegungen an Reck und Barren	6 - 8 Stunden	10 BWK 5.1, 5.3; 10 SK a2; 10 MK a1, a3; 10 UK a1, a3
<i>Streetball als erster Schritt zum Basketball</i> – eine technisch-koordinative und taktisch-kognitive Vertiefung.	8 Stunden	10 BWK 7.1; 10 SK e1, e2; 10 MK e3, b2; 10 UK e1
RopeSkipping	16 Stunden	10 BWK 6.1 10 SK b1 und 2; 10 MK b1 und 3; 10 UK b2
Skifahren im Rahmen der Skiexkursion nach Österreich	*7 Tage	10 BWK 8.1, 8.2; 10 SK c1, c2, a1, a2; 10 MK a2, a3, c1; 10 UK a2, c1
<i>Hoch hinaus!</i> -Hochsprung	10 Stunden	10 BWK 3.2, 3.3; 10 SK a1, a2, d1, d2; 10 MK a3; 10 UK a1, d1, d2
<i>Mach doch wasse willst III</i> - Freiraum	x Stunden	

Jahrgangsstufe 7	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 1.3
<i>Aufwärmen mit Sinn und Verstand</i> – Ein sportartspezifisches Aufwärmprogramm entwickeln, durchführen und evaluieren.		
BF/SB: 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheit (f) • Leistung (d) 	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeines und spezielles Aufwärmen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f) • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen (10 BWK 1.1). 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben (10 SK f1), • Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern (10 SK f2), • grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben (10 SK d1). 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Abfrage von Vorerfahrungen SuS bzgl. Aufwärmen; - Ableitung von wichtigen Prinzipien des Aufwärmens aus SuS-Beiträgen, ggfs. Ergänzende Vorstellung weiterer Prinzipien; - Differenzierung allgemeines und sportartspezifisches Aufwärmen; - Erkennen, dass auf Grundlage der motorischen Grundfähigkeiten und Leistungsfaktoren in unterschiedlichen Anforderungssituationen auch unterschiedlich aufgewärmt werden sollte; - Einordnung der gewonnen Erkenntnisse in Bezug auf den Zusammenhang zwischen Vorbereitung auf sportliche Bewegung und Gesundheit; <p>Fachbegriffe: motorische Grundfähigkeiten, psychophysische Leistungsfaktoren und Körperreaktionen, Gesundheit</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Unterrichtsgespräch zu Vorerfahrungen bzgl. Vorbereitung auf sportliche Bewegung; - Erstellen einer Übersicht über Prinzipien des Aufwärmens; - Erarbeitung eines allgemeinen Aufwärmprogrammes, dass im Laufe der UV in jeder Stunde durchgeführt und regelmäßig hinterfragt und optimiert werden soll; - Gruppenarbeit: SuS erarbeiten ein sportartspezifisches Aufwärmprogramm zu einer beliebigen Sportart, aufgrund des der jeweiligen Sportart zugrundeliegenden Anforderungsprofils, das mit den anderen SuS durchzuführen ist; - Einordnung der Relevanz von Vorbereitung auf sportliche Bewegung, in Bezug auf Gesundheitsvorteile oder Nachteile, z.B. mithilfe statistischer Daten. 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durchführbarkeit von intensiven Aufwärmprogrammen im Sportunterricht; - Verschiedene motorische Grundfähigkeiten; - Wie sind die verschiedenen Prinzipien des Aufwärmens anzuwenden? - Was muss bei der Vorbereitung auf einzelne Sportarten besonders berücksichtigt werden? - Wann ist Aufwärmen gesund/ungesund? <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Schnelligkeit • Konzentrationsfähigkeit • Herzfrequenz, Atemfrequenz • Leistung • Gesundheit, ausgewählte Risikofaktoren • Dehnen vs. Mobilisation • Verletzungsprophylaxe 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • inhaltliche Mitarbeit in Reflexionsphasen (SK) • aktive Teilnahme am Unterrichtsgeschehen (BWK) • produktive Mitarbeit in der Arbeitsgruppe (BWK/SK) <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organisation, Ausarbeitung und Durchführung des sportartspezifischen Aufwärmprogrammes in der Gruppe.

Jahrgangsstufe 7	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 7.3
<p><i>Besser Baggern, Pritschen und Aufschlagen!</i>– Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten im Volleyball mithilfe des bewussten sinnvollen Einsatzes von analogen und digitalen Medien steigern.</p>		
<p>BF/SB: 7 Spielen in oder mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) 	
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiel Volleyball 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) • Interaktion im Sport (e) 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden (10 BWK 7.2). 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen (10 SK d3), <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen (10 MK a2), <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten (10 UK a3). 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Basistechniken des Volleyballspiels erlernen und anhand von Bewegungsmerkmalen bewerten: aktive Grundstellung, Pritschen, Baggern; Aufschlag von unten; - Progressive Ballgewöhnung; - grundlegende Regeln umsetzen (Spielfeldbegrenzung, „Ein-Kontakt“, Netzberührung, max. drei Kontakte im eigenen Feld, Aufschlagrecht); - Netzaufbau und Netzabbau; - Rotationsprinzip; - Kommunikation: Ich-Botschaften; <ul style="list-style-type: none"> - <i>fakultativ: Aufstellung im Spiel 3 mit/gegen 3 (1:2) und 4 mit/gegen 4 (1:2:1);</i> <p>Fachbegriffe: Bewegungsmerkmale, miteinander spielen vs. gegeneinander spielen, Rotationsprinzip, Absprache/Ich-Botschaften, Feedback</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Spielgemäßes Konzept: Ball über die Schnur als Spielform mit ansteigender Komplexität, Übungsreihen und Lehrvideos zum Technikerwerb (Baggern, Pritschen), Fokus immer auch auf Kommunikation und Bewegung zum Ball; - Methodische Übungsreihe zum Aufschlag von unten (Visualisierung: z.B. Bildreihe, Video); - Partnerbeobachtung mithilfe von Video-Slow-Motion-Apps zur Bewegungskorrektur (z.B. Coach´s Eye); - anforderungsdifferenzierte und möglichst homogene Übungsgruppen und Mannschaften; 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale der Fertigkeiten/Techniken; - Partneereinschätzung anhand der Bewegungsmerkmale; - Angriffsverhalten und Abwehrverhalten; - grundlegendes Regelverständnis; - Wichtigkeit der Kommunikation; - <i>fakultativ: Aufstellungsformen/Positionen und Aufgaben;</i> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Baggern, Pritschen, aktive Grundstellung, Schockwurf, Angabe/Aufschlag 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktive Mitarbeit im Unterricht; - Kommunikation und Bewegung zum Ball in der Spielform; - faires und teamorientiertes Verhalten im Spiel; - individuelle motorische Verbesserung in den Grundtechniken; - diszipliniertes und zielgerichtetes Mitarbeiten in den, Aufschlag von unten, Übungsformen; - verantwortungsbewusstes Verhalten bei der Partnerkorrektur; <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Überprüfung der Basistechniken (Pritschen, Baggern) in einer isolierten Übung und im Zielspiel 4 mit 4 (+ Kommunikation, aktive Grundstellung, Bewegung zum Ball)

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 5.3
Akrobatik		
BF/SB: 5 Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) 	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • Akrobatik 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren(10 BWK 5.2), • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (10 BWK 5.3). 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • Für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern (10 SK a2), MK <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden (10 MK a1), • Unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierung, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden (10 MK a3), UK <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen (10 UK a1), • Den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierung, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten (10 UK a3). 	

<p style="text-align: center;">Didaktische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Methodische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p style="text-align: center;">Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fach- und sachgerechter Auf- und Abbau von Bodenturnmatten - Sicherheit beim Auf- und Abbau von partner- und gruppenakrobatischen Figuren - Techniken und Schulung von Körperspannung und Stützkraft / Stützerfahrung - Vertrauensübungen und gruppenbildende Maßnahmen. Spielerischer Abbau von Berührungsängsten - Figuren der Partnerakrobatik - Figuren der Gruppenakrobatik - Übergänge von akrobatischen Figuren ineinander <p>Fachbegriffe: Bewegungsmerkmale, Sicherheitskriterien</p>	<ul style="list-style-type: none"> - lehrerorientiertes Vorgehen bei dem Erlernen der neuen Bewegungen; - lehrerorientiertes Anleiten beim Auf- und Abbau der Bodenturnmatten; - FortgeschrittenereSuS als „Experten“ einbinden; - Deduktive Vermittlung der relevanten Helfergriffe; - freie Übungszeit zum Erstellen von zusammenhängenden Elementen zur Verbindung in eine Choreographie; - gemeinsames Verständigen von akrobatischen Bewegungs- und Figurenarrangements; 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsmerkmale und Bewertungskriterien bei den eingeführten Bewegungen erkennen und in Ansätzen beurteilen; <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kür, Übung, Choreographie • Gestaltungskriterien (Bewegungsausführung und Ausführungsqualität, individuell angepasstes Ausführungsniveau, Synchronität, Kreativität, Ausdruck) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kooperatives Verhalten während aller Unterrichtsphasen; - diszipliniertes Üben während der freien Übungszeit; <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung der Choreographie hinsichtlich folgender Aspekte: Bewegungsausführung und Ausführungsqualität, individuell angepasstes Ausführungsniveau, Synchronität, Kreativität, Ausdruck

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 6 - 8	Nummer des UVs im BF/SB: 5.4
Gerätturnen – Felgbewegungen an Reck und Barren		
BF/SB: 5 Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) 	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren (10 BWK 5.1), • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (10 BWK 5.3). 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • Für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern (10 SK a2), MK <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden (10 MK a1), • Unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierung, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden (10 MK a3), UK <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen (10 UK a1), • Den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierung, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten (10 UK a3). 	

<p style="text-align: center;">Didaktische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Methodische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p style="text-align: center;">Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <p>Beide Geräte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Techniken und Schulung von Körperspannung und Stützkraft / Stützerfahrung - Fach- und sachgerechter Auf- und Abbau von Bodenturnmatten und Großgeräten (Parallelbarren, Reck) <p>Barren</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gerätegewöhnung: Laufen, Hangeln, Stützen, Rutschen, Schieben etc. auf und über den Parallelbarren; - Basistechniken: Schwingen im Stütz, Aufgrätschen mit und ohne Federn, Wende/Hockwende, Außenquersitz, Kehre, Rolle, Oberarmstand; <p>Reck</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gerätegewöhnung: Sprung in den Stütz, Abzug, Überdrehen rückwärts und vorwärts, Rolle vorwärts aus dem Stütz; - Basistechniken: Hüftaufschwung, Hüftaufzug, Felgunterschwingung, Felgumschwung, Spreizkippschwung <p>Fachbegriffe: Bewegungsmerkmale, Sicherheitskriterien</p>	<ul style="list-style-type: none"> - lehrerorientiertes Vorgehen bei dem Erlernen der neuen Bewegungen; - lehrerorientiertes Anleiten beim Auf- und Abbau der Bodenturnmatten; - FortgeschrittenereSuS als „Experten“ einbinden; - Deduktive Vermittlung der relevanten Helfergriffe; - freie Übungszeit zum Erstellen von zusammenhängenden Elementen an einem Gerät zur Verbindung in eine Übung; - Einsatz von Geländehilfen (Abdruckhilfe, Höhenhilfe); 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale und Bewertungskriterien bei den eingeführten Bewegungen erkennen und in Ansätzen beurteilen; <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kür, Übung - Klammergriff - Kehre, (Hock-) Wende, Außenquersitz, Rolle, Oberarmstand - Felgbewegungen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sicherer Auf- und Abbau der Geräte - kooperatives Verhalten während aller Unterrichtsphasen; - diszipliniertes Üben während der freien Übungszeit; <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung der Kür hinsichtlich folgender Aspekte: Bewegungsqualität, Vollständigkeit und Bewegungsfluss;

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 7.4
<p><i>Streetball als erster Schritt zum Basketball – eine technisch-koordinative und taktisch-kognitive Vertiefung.</i></p>		
<p>BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistung (d) • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiel Basketball 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (hier vor allem: Taktik und Koordination) (d) • (Differenziertes) Leistungsverständnis im Sport (z.B. Einzel- vs. Mannschaftsleistung) (d) • Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)) (e) 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen (10 BWK 7.1). 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfvverhalten (u. a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern(10 SK e1), • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern(10 SK e2), <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen(10 MK e3), <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • das eigene Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u. a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen (10 UK e1). 	

<p style="text-align: center;">Didaktische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Methodische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p style="text-align: center;">Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anwendung der bisher erlernten Techniken (Passen, Fangen, Werfen, ggf. Verbesserung des Korblegers); • Zusammenspielen im 3:3 auf einen Korb; • ggf. Ausweitung der Teamgröße auch auf 4:4; • Reflexion des eigenen Verhaltens und sinnvoller Spielweise; <p>Fachbegriffe: Bewegungsmerkmale der Techniken; Give and go; Make it – take it.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • vom Leichten zum Schweren, von der Grobform in Richtung Zielform, also von 1:1 über 2:1 und 2:2 zum 3:3; • spielbezogenes Lernen, anfänglich ohne direkten Wettkampf und Zählen von Punkten; • stetiger Wechsel des Ballbesitzes, auch Variation in der Zusammensetzung der Gruppen/Teams (KEINE Experten-Teams!); • Einbeziehung aller Mitspieler (ggf. durch mehr Punkte pro Korberfolg für schwächere SuS'); • Erleichterung durch weniger strenge Regelauslegung (Schritt-/Zeitfehler); • Übernahme von Verantwortung (Fouls selbst ansagen); 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regeln im Basketball; Verhalten in Angriff und Abwehr; • Was ist eigentlich alles ein Foul/ Fehler? • Wie spielt man fair? <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Defense - Offense - Rebound - Double Dribbling 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>faieres Zusammenspielen, andere mitspielen lassen, auch ohne Schiedsrichter Regeln befolgen</p> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techniküberprüfung (aus Spielsituationen heraus) • Verhalten in der Kleingruppe • Miteinbeziehen der anderen • Übernahme von Aufgaben, u. a. auch als Experte und Helfer

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 6.3
RopeSkipping		
BF/SB: 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsgestaltung (b) 	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> – gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Variation von Bewegung (a) • Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (Ball, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren (10 BWK 6.1) 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> – ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen (10 SK b1), – das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben (10 SK b2), MK <ul style="list-style-type: none"> – unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe – nutzen (10 MK b1), – kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden (10 MK b3) UK <ul style="list-style-type: none"> – gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen (10 UK b2) 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - rhythmisches Schwingen - Grundsprung - Weitere Variationen von Sprüngen - fach- und sachgerechter Umgang mit einem Seil <p>Fachbegriffe: Bewegungsmerkmale, Sicherheitskriterien</p>	<ul style="list-style-type: none"> - lehrerorientiertes Vorgehen bei dem Erlernen der neuen Bewegungen; - Stationenlernen zur Vermittlung neuer Sprünge - Fortgeschrittene Schülerinnen und Schüler als „Experten“ einbinden; - freie Übungszeit zum Erstellen der Kür - GL: ggf. Vorgeben einer Sprungfolge, die den Kompetenzen des Schülers bzw. der Schülerin entsprechen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale und Bewertungskriterien zur Bewertung <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rhythmus, Takt - Rope - Stopp - Handwechsel 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sachgerechter Umgang mit dem Seil; - kooperatives Verhalten während aller Unterrichtsphasen; - diszipliniertes Üben während der freien Übungszeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung der Kür hinsichtlich folgender Aspekte: Bewegungsqualität, Vollständigkeit, Bewegungsfluss, Kreativität

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 7 Tage	Nummer des UVs im BF/SB: 8.2
Skifahren im Rahmen der Skiexkursion nach Österreich		
BF/SB: 8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootsport/Wintersport	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Wagnis und Verantwortung (c) 	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • Wintersportexkursion - Gleiten 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) • Bewegungsstrukturen (a) • Spannung und Risiko (c) • Emotionen (c) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • 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), • gerätespezifische, technisch-koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetisch, gestalterisch, spielerisch oder wettkampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren (10 BWK 8.2). 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Motive (u. a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern. (10 SK c1), • emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben(10 SK c2), • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben (10 SK a1), • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern (10 SK a2), MK <ul style="list-style-type: none"> • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen (10 MK a2), • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden(10 MK a3), • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u. a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden(10 MK c1) UK <ul style="list-style-type: none"> • den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen (10 UK a2), • komplexe sportlichen 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). 	

<p style="text-align: center;">Didaktische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Methodische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p style="text-align: center;">Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendung der im Vorfeld gesammelten Gleiterfahrungen (Rollen in der Turnhalle); - Naturerfahren, z. T. erster Kontakt mit Bergen und auch Schnee; - Kennenlernen eines vollkommen neuen Bewegungsfeldes; - Verhalten in der Skigruppe, aber auch im Verband der Jahrgangsstufe (soziale Kompetenzen); - Umgang mit Wagnis und Risiko, ohne sich und andere zu schädigen; <p>Fachbegriffe: Bewegungsmerkmale der Techniken (u. a. Berg-/Talski, Vorlage, Bremspflug).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - vom Leichten zum Schweren, von der Grobform in Richtung Zielform; - Skigewöhnung, erstes Gleiten auf einem Ski, Transfer auf zwei Ski; - leistungsgemäße Gruppen fahren individuell angepasste Übungen und Tempi; - Aufteilen in Kleingruppen, die auch mit Unterstützung durch Skihelfer aus der Q1 einen besseren Betreuungsschlüssel erhalten; - individuelles Feedback: verbal und auch videogestützt; - Übernahme von Verantwortung (auf sich und andere achten; Gefahren vermeiden); - ggf. Einsatz von Hilfsmitteln für SuS' des Gemeinsamen Lernens (Stäbe, Bänder); 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - FIS-Regeln zum Verhalten im alpinen Bereich; - Skisport und Umwelt; - Übertragung der Gleiterfahrungen aus der Turnhalle bzw. dem Skaten oder Skateboardfahren auf den Schnee; <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - FIS-Regeln 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktive Teilnahme am Skikurs <p>punktuell:</p>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 3.2
„Hoch hinaus!“- Hochsprung		
BF/SB:3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungenlernen (a) • Leistung (d) 	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegendes leichtathletisches Bewegen • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) • Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) • grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a) • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d) • Leistungsverständnis im Sport (d) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoßen, Hochsprung) in derGrobform ausführen(10 BWK 3.2), • einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen (10 BWK 3.3). 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • die für das Lernen und Üben bedeutsamen Körperempfindungen und -wahrnehmungen beschreiben (10 SK a1), • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effektenerläutern (10 SK a2), • grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben (10 SK d1), • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern (10 SK d2), MK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportl. Bewegungen verwenden (10 MK a3), UK <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen (10 UK a1), • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen (10 UK d1), • den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren (10 UK d2). 	

<p style="text-align: center;">Didaktische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Methodische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p style="text-align: center;">Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Verschiedene Hochsprungtechniken; - Floptechnik (Schwerpunkt); - Phasierung der Floptechnik; - Regelwerk; - Leistungsbegriff und Bezugsnormen; <p>Fachbegriffe:</p> <p>Flop, Schwerpunkt, Stemmschritt etc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Erproben unterschiedlicher Hochsprungstechniken (z.B. Hock-, Scher-, Wälzer, etc.); - Bewegungsdemonstration zum Aufbau einer Bewegungsvorstellung; - Lehrerorientiertes Vorgehen bei dem Erlernen der Bewegungen/ Techniken (z.B. Methodische Übungsreihe, Stationslernen); - Analytisch-synthetische Vermittlungsmethode; - Angstreduktion durch den Einsatz der Hochsprungleine; - Regelmäßige Rückmeldung zur Bewegungsausführung (z.B. Einsatz von Beobachtungsbögen); - Fortgeschrittene SuS als „Experten“ einbinden; 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale der Techniken; - Partnereinschätzung anhand der Bewegungsmerkmale; - Möglichkeiten der Verbesserung der Sprunghöhe (z.B. Schwungbeineinsatz, Ausholbewegung der Arme, Überstrecken der Hüfte, etc.); - Fairer Vergleich von Leistungen; <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bilderreihe, Bewegungsmerkmale; - (lattenfernes) Absprung- und Schwungbein, Schwungarm; - Steigerungslauf mit Impulskurve; - Doppelarmschwung; - L-Position; - Körperschwerpunkt; - Leistung; - soziale, kriteriale und individuelle Bezugsnorm; 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sich individuell motorisch verbessern; - Aktive Mitarbeit; - Diszipliniertes Üben; - verantwortungsbewusstes Verhalten bei der Partnerbeobachtung; <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ermittlung der Hochsprungleistung durch einen Wettkampf (Berücksichtigung weitere Parameter wie die Körpergröße oder absoluter Sprunghöhe möglich); - Bewegungsqualität;

Themenübersicht Klasse 8

Themen	Zeitlicher Umfang	Kompetenzerwartungen
<i>Lauf um dein (Er-)leben!</i> – Die Gestaltung und Durchführung eines Parkour-Runs unter besonderer Berücksichtigung des individuellen Wagnisempfindens.	14 Stunden	10 BWK 5.1, 5.3 10 SK b1, c3; 10 MK b3, c2; 10 UK b1
<i>Über das Erlernen des Kugelstoßens zum Erwerb des Sportabzeichens</i>	10 Stunden	10 BWK 3.2, 3.4; 10 SK a1, a2; 10 MK a1, a3, d2; 10 UK a1, d1, d2
<i>Badminton sportiv ... so fängt's an!</i> - Angemessenes situationsgerechtes Agieren, Reagieren und Verbalisieren in unterschiedlichen Spielsituationen.	12-16 Stunden	10 BWK 7.1, 7.2; 10 SK e1, e2; 10 MK e1, e2, e3; 10 UK e1
<i>Verteidigen und Befreien</i> – Lösungen für Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Kampf nutzen.	12 Stunden	10 BWK 9.1, 9.2; 10 SK a2, e1, e2; 10 MK e1, e3; 10 UK e1
<i>Wie fit bin ich, wie werde ich besser?</i> - Die Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings kennen und anwenden.	10 Stunden	10 BWK 1.4 10 SK a1, d1, d2; 10 MK d1 und a2; 10 UK d1
<i>Tanz– Gestaltung einer kurzen Choreographie</i>	8 – 10 Stunden	10 BWK 6.2 10 SK b1 und 2; 10 MK b2 und 3; 10 UK b1 und 2
<i>Bewegungstheater und Pantomime</i> – Bewegungen zu Themen spontan gestalten	6 Stunden	10 BWK 6.3 10 SK b1, 10 MK b1, 10 UK b1 und 2
<i>Sportspiele andere Kulturen</i>	12 Stunden	10 BWK 2.2, 10 BWK 7.3 10 SK e1 und 2; 10 MK e1, 2 und 3
<i>Mach doch wasse willst IV</i> - Freiraum	xx Stunden	

Jahrgangsstufe 8	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 5.5
<p><i>Lauf um dein (Er-)leben!</i> – Die Gestaltung und Durchführung eines Parkour-Runs unter besonderer Berücksichtigung des individuellen Wagnisempfindens.</p>		
<p>BF/SB: 5 Bewegung an Geräten - Turnen</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsgestaltung (b) • Wagnis und Verantwortung (c) 	
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Normungebundenen Turnen an Geräten und Gerätekombinationen 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b) • Handlungssteuerung (c) • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen (c) 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren (10 BWK 5.1), • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (10 BWK 5.3). 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen (10 SK b1), • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern (10 SK c3), <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden (10 MK b3), • Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern (10 MK c2), <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen (10 UK b1). 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Abfrage von VorerfahrungenSuS bzgl. Parkour→ Klären der Frage, was Parkour ist und was Ziel des UVs sein kann; - Einsatz von Videos als erste Orientierung; - Sensibilisierung hinsichtlich Sicherheit: Geräteaufbau und -arrangement, Helfergriffe, Landungstechniken und Klärung Wagnis vs. Risiko; - Erkennen, dass auf Grundlage der motorischen Grundfähigkeiten und Leistungsfaktoren in unterschiedlichen Anforderungssituationen auch unterschiedliche Wagnisempfindungen auftreten und legitim sind; - Freie Gestaltung des abschließenden Runs um den verschiedenen Fähigkeiten und Wagnisempfindungen Rechnung zu tragen; <p>Fachbegriffe: Parkour, Freerunning, Riskio, Wagnis</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Unterrichtsgespräch zu Vorerfahrungen bzgl. Parkour→ Video zur Orientierung; - Erstellen einer Übersicht über Helfergriffe (Klammergriff, Stütz(klammer)griff, Dreh(klammer)griff), Landetechniken (Drop, Rolle, Crane) und Sprünge; - Einsatz von differenzierten Geländehilfen (Kastengassen) und Schulung der Hilfestellungen; - Freie Bewegungsaufgaben zur Einführung der Sprünge (LazyVault, Monkey, Reverse, Dash) und weiterer Techniken (Underbar, CatLeap, Tic Tac, Pop Vault); - Gemeinsames Erstellen eines niveaudifferenzierten Parcours; - Erarbeitung eines individuellen Parkour-Runs auf Basis der individuellen Leistungsfähigkeit und des Wagnisempfindens. 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Was ist ein Wagnis? Was ist ein Risiko? - Wie beeinflussen Emotionen die Handlungssteuerung? - Wie können Bewegungsaufgaben verantwortungsbewusst vereinfacht/schwieriger gestaltet werden? - Welche Sicherheitsstellungen sind in welcher Situation notwendig? - Was macht Bewegungsqualität aus? <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Risiko, Wagnis, Handlungssteuerung • Differenzierung • Klammergriff, Stütz(klammer)griff, Dreh(klammer)griff; • Lazy Vault, Monkey, Reverse, Dash, Underbar, Cat Leap, Tic Tac, Pop Vault, Drop, Rolle, Crane; • Qualitative Bewegungsmerkmale (Bewegungsfluss, Bewegungspräzision) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • inhaltliche Mitarbeit in Reflexionsphasen (SK, UK) • aktive Teilnahme am Unterrichtsgeschehen (BWK) • produktive Mitarbeit in der Arbeitsgruppe (BWK/SK/MK) <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organisation, Ausarbeitung und Durchführung eines Parkour-Runs unter Berücksichtigung des eigenen Wagnisempfindens (Bewertungskriterien: Kreativität, Bewegungsfluss und –präzision, Körperspannung, Schwierigkeit der Techniken; → Fokus individuelle Bezugsnorm); - Demonstration der Helfergriffe (Bewertungskriterium: sachgerechte Ausführung).

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 3.3
Über das Erlernen des Kugelstoßens zum Erwerb des Sportabzeichens		
BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Leistung (d) 	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) • Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a) • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z. B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobformausführen(10 BWK 3.2), • einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf (z. B. Biathlon, Triathlon) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen(10 BWK 3.4). 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • die für das Lernen und Üben bedeutsamen Körperempfindungen und -wahrnehmungen beschreiben (10 SK a1), • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache Zusammenhänge erläutern (10 SK a2), MK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportliche Bewegungen anwenden (10 MK a1), • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (10 MK a3), • sportliche Leistungen analog/digital erfassen und dokumentieren (10 MK d2), UK <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen (10 UK a1), • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen (10 UK d1), • den Leistungsbegriff unter Verwendung bestimmter Bezugsgrößen kritisch reflektieren (10 UK d2). 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - schnelles Laufen; - ausdauerndes Laufen; - weites und hohes Springen (Verfeinern der bereits erlernten technischen Grobformen); - weites Stoßen (Erlernen der technischen Grobform des Kugelstoßens); - Reflexion über die eigene Leistungsfähigkeit; <p>Fachbegriffe:</p> <p>Bewegungsmerkmale der leichtathletischen Techniken:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sprint (schnelles Laufen) - Sprung (Stemmschritt) - Stoß (Abwurfwinkel, -geschwindigkeit), Fuchs-/O'Brien-Technik 	<ul style="list-style-type: none"> - vom Leichten zum Schweren, von der Grobform in Richtung Zielform; - Variation des zu stoßenden Geräts (Größe, Gewicht); - Erleichterung des Technikererwerbs durch Vereinfachung (Standstoß, kurzes seitliches Angleiten, später Einbauen der Drehung, also vom Seit- zum Rückstoß); - nach dem spielbezogenen Lernen der Vorjahre jetzt MIT direktem Wettkampf und Messen von Weiten, Höhen und Zeiten; - sich messen mit dem Partner, mit der Gruppe, mit den vorgegebenen und zu übertreffenden Anforderungen; 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Empfinden und Reflektieren der eigenen Leistungsfähigkeit; - Überlegungen, wie man die eigenen Leistungen verbessern könnte (Technikverbesserung, häufigeres Training, Wettkampf mit anderen, etc.) - Leistungsdefinition in Verbindung mit direkter Kategorisierung (Bronze – Silber – Gold – oder eben (noch) keine der drei möglichen Stufen) <p>Fachbegriffe:</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sich individuell motorisch verbessern <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Absolvieren der 4 Disziplin-kategorien für das Deutsche Sportabzeichen (Ausdauer, Schnelligkeit, Kraft und Koordination) über einen 800m-Lauf, den 100m-Sprint, Hoch- oder Weitsprung und Kugelstoßen.

Jahrgangsstufe 8	Dauer des UVs: 12-16	Nummer des UVs im BF/SB: 7.5
<p><i>Badminton sportiv ... so fängt's an!</i> - Angemessenes situationsgerechtes Agieren, Reagieren und Verbalisieren in unterschiedlichen Spielsituationen</p>		
<p>BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Badminton als Einzel und Doppel 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) • Interaktion im Sport (e) 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen (10 BWK 7.1) • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden (10 BWK 7.2). 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. Wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern (10 SK e1), • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern (10 SK e2), <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren (10 MK e1) • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden (10 MK e2), • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen (10 MK e3), <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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) 	

<p style="text-align: center;">Didaktische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Methodische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p style="text-align: center;">Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einführung von Regelkenntnissen und des taktischen Verhaltens im Einzel und Doppel - Aufgabenverteilung auf den Doppelpositionen - Organisatorische Fähigkeiten entwickeln und einsetzen - Erlernte Fertigkeiten (Rh-u. Vh-Aufschlag mit der dazugehörigen Griffhaltung und entsprechenden Flugkurven, ÜK-Clear, ÜK-Drop und Smash) in der Feinform beherrschen - Erste Taktikformen erarbeiten und umsetzen - Kommunikation untereinander auf dem Spielfeld - Aufstellung im Doppel nebeneinander <p>Fachbegriffe: Bewegungsmerkmale, miteinander spielen vs. gegeneinander spielen</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Schiedsrichtertätigkeiten; - Organisation von kleinen Turnieren / und oder Klassenturnier; - Selbstständiger Auf- und Abbau des Spielfeldes; - Ballannahme: Bereitschaftshaltung, positionsgerechtes Verhalten; - Spielgenauigkeit verbessern durch Spielformen; 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale der Techniken; - Angriffs- und Abwehrverhalten; - Regel- und Taktikkunde: Zählweise, Satz- und Spielgewinn, technischer Fehler; - situationsangepasste Auswahl verschiedener Techniken; <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rh-Griff, Universalgriff, Powergriff, Schlägerkopf, -schaft, -griff; - Unterarmdrehung: Pronation und Supination; - Überkopf (ÜK) und Unterhand (Uh); - Rallypoint-Zählweise; Punkt-, Satz- und Spielgewinn; - Einzel und Doppel; - Feldbegrenzungen und -linien, Vorder- und Hinterfeld, Aufschlagfeld; - kurzer und hoher Aufschlag, Ük-Clear, Ük-Drop, Smash, Umsprung; - zentrale Position; 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktive Mitarbeit im Unterricht, - Kommunikation auf dem Spielfeld - faires und teamorientiertes Verhalten im Spiel, - individuelle motorische Verbesserung in den Grundtechniken, <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendung der Basistechniken (mit besonderer Akzentuierung der Flugkurven): <ul style="list-style-type: none"> a) kurzer Aufschlag b) hoher Aufschlag c) Ük-Clear d) Ük-Drop e) Smash in einer spielgemäßen Abschlussprüfung - Organisation eines kleinen Turniers/Klassenturniers

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 9.2
<p><i>Verteidigen und Befreien</i> - Lösungen für Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Kampf nutzen.</p>		
<p>BF/SB: 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kämpfen mit- und gegeneinander 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) • Interaktion im Sport (e) 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Haltegriffe 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), • in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen (10 BWK 9.2). 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern (10 SK a2), • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen) erläutern (10 SK e1), • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedliche Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlichen Handlungen erläutern (10 SK e2), <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren (10 MK e1), • In sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen (10 MK e3), <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander) beurteilen (10 UK e1). 	

<p style="text-align: center;">Didaktische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Methodische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p style="text-align: center;">Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auswirkungen von Hebeln auf Gelenke; - Bedeutung des Körperschwerpunkts erkennen; - Korrektes Fallen und Werfen üben: - <p>Fachbegriffe: Körperschwerpunkt (KSP), Hebel</p>	<ul style="list-style-type: none"> - vertrauensbildende Übungen und Spiele zum Aufbau einer sicherheitsbewussten Unterrichtsatmosphäre; - vielseitige, stationsgebundene Bewegungsaufgaben mit dem Ziel, die eigene Kraft angemessen einzusetzen und einzuschätzen; - Erstellen von Kampfritualen (Begrüßung, STOP-Signal etc.); - Übungen und Reflexion in Partnerarbeit; - Regeln nach und nach einführen, wenn benötigt → Motto: „So wenig wie möglich, so viel wie nötig“; - freie „Kampfzeit“ mit dem Ziel, sich gleichstarke Gegner zu suchen; - Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - verschiedene Hebel kennen; - verschiedene Befreiungstechniken erproben; - Ausweichen und Blocken; - Fallübungen; - Würfe <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stop-Regel (Yamel); - Abklopfen; - Block; - Wurf; - Hebel; 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sicherer Auf- und Abbau der Geräte; - kooperatives Verhalten während aller Unterrichtsphasen; - aktive Beteiligung beim Erstellen von Kampfritualen; - diszipliniertes Üben während der freien „Kampfzeit“; - Anstrengungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Abprüfen von Techniken: <ul style="list-style-type: none"> ○ Falltechniken; ○ 1 x Hebel; ○ 1 x Wurf; ○ 1 x Befreiungstechnik;

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 3.4
<i>Wie fit bin ich, wie werde ich besser?</i> - Die Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings kennen und anwenden.		
BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Inhaltsfeld(er): a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d - Leistung	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> aerobe Ausdauerfähigkeit 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit, Leistungsverständnis im Sport [d] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> 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] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [10 SK a1] die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen, [10 SK d1] psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen, [10 SK d2] MK <ul style="list-style-type: none"> einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden. [10 MK d1] grundlegende Methoden zur Verbesserung psychophysischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen. [10 MK a2] UK <ul style="list-style-type: none"> ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [10 UK d1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> eigene Belastung erfahren, einschätzen und beurteilen anhand von objektiven Messungen und subjektivem Empfinden Trainingsziele ermitteln und daraus einen Trainingsplan entwickeln und durchführen Vor- und Nachbereitung der Belastung Entspannungstechniken gesundheitlich fragwürdige Körperideale <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> Kondition: Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Beweglichkeit Belastungsintensität, -umfang, -dichte und -dauer. 	<p>Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> Steuerungsmöglichkeiten über Pulsmessung und des subjektiven Belastungsempfinden Ermittlung der eigenen Kraft angeleitete und selbst durchgeführte Entspannungstechnik Leistungsdokumentation (Trainingstagebuch) Lernen an Stationen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> Ruhe-, Belastungs-, Nachbelastungspuls Borg-Skala Maximal-, Schnellkraft und Kraftausdauer 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Unterschiedliche Ausdauermethoden:</p> <ul style="list-style-type: none"> Dauermethode Extensive Intervallmethode <p>Cooper-Test, "Jump and reach"</p> <p>Trainingsplanung für Ausdauer- und Krafttraining</p> <p>Muskelgruppen</p> <p>Dehnmethoden</p> <p>progressive Muskelentspannung</p> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> aerobe und anaerobe Ausdauerfähigkeit Dauer- und Intervallmethode Muskeltonus, Relaxation Über- Untergewicht 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> Durchhaltevermögen und Anstrengungsbereitschaft Individuelle Steigerung der Leistungsfähigkeit Beobachtungskriterien: <ul style="list-style-type: none"> Umsetzung der verschiedenen Aufgabenstellungen Trainingsplan Individuelle Verbesserung Hilfe bei der Organisation und Durchführung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> Planung und Ausführung des eigenverantwortlichen Aufwärmprogramms Ausdauerlauf ohne Pause (30 min) Ergebnisse beim Krafttest beschreiben und ausführen der progressiven Muskelentspannung

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 8 - 10	Nummer des UVs im BF/SB:6.4
Tanz – Gestaltung einer kurzen Choreographie		
BF/SB: 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsgestaltung (b) 	
Inhaltlicher Kern: Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Variation von Bewegung (a) • Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Hip-Hop, Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren (10 BWK 6.2).	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> – ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen (10 SK b1), – das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben (10 SK b2), MK <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten (10 MK b2), – kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden (10 MK b3), UK <ul style="list-style-type: none"> – die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen (10 UK b1), – gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen (10 UK b2). 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - HipHop-Schritte - Rhythmusgefühl - Takt hören und halten - Aufbau eines Musikstücks mit Tanz verbinden <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale: Dynamik, Raum, Variation, Kreativität, Bewegungsausführung - Kreativität 	<ul style="list-style-type: none"> - lehrerorientiertes Vorgehen bei dem Erlernen der neuen Bewegungen; - Acrossthe Floor – Vermittlung neuer Schritte - Fortgeschrittene Schülerinnen und Schüler als „Experten“ einbinden; - freie Übungszeit zum Erstellen der Choreographie - GL: Schülerinnen und Schüler des grünen Bereichs werden in die Gruppenarbeit einbezogen; ggf. werden Tanzschritte vorgegeben, die sie an abgesprochener Stelle einbringen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale und Bewertungskriterien zur Bewertung erarbeiten <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rhythmus, Takt - Kreativität - Dynamik - Raum - Arm-/Beinbewegungen - Bodenelemente 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kooperatives Verhalten während aller Unterrichtsphasen; - diszipliniertes Üben während der freien Übungszeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung der Choreographie hinsichtlich folgender Aspekte: Bewegungsqualität, Dynamik, Vollständigkeit, Bewegungsfluss, Kreativität

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB:6.5
Bewegungstheater und Pantomime – Bewegungen zu Themen spontan gestalten		
BF/SB: 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste		Inhaltsfelder: • Bewegungsgestaltung (b)
Inhaltlicher Kern: • Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage)		Inhaltliche Schwerpunkte: • Ausgangspunkte von Gestaltungen (c)
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine selbstständig um- und neugestaltete künstlerische Bewegungskomposition aus einem ausgewählten Bereich (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage) allein oder in der Gruppe präsentieren. (10 BWK 6.3)		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK – ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen (10 SK b1), MK – unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe – nutzen (10 MK b1), UK – die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen (10 UK b1) – gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen (10 UK b2)

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rhythmusgefühl - Takt hören und halten - Themen musikalisch umsetzen - Mögliche Themen: Märchen, Jahreszeiten, Orte (z. B. Zoo, Strand, Kirmes) - Einzel-/Partnerarbeit in der Gruppe <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Improvisation - Bewegungstheater - Pantomime - Dynamik, Raum, Variation - Kreativität - Darstellen 	<ul style="list-style-type: none"> - lehrerorientiertes Vorgehen bei dem Erlernen freier Bewegungsgestaltungen; - Erarbeiten von thematisch passenden Bewegungen - begrenzte Übungszeit (max. 20 Min.) zur Vorbereitung der Bewegungsaufgabe bzw. Pantomime - GL: Schülerinnen und Schüler des grünen Bereichs werden in die Gruppenarbeit einbezogen; ggf. werden leicht umsetzbare Themen vorgegeben 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale und Bewertungskriterien zur Bewertung erarbeiten <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rhythmus, Takt - Bewegungen erzählen Geschichten - Arm-/Beinbewegungen - Bodenelemente 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kooperatives Verhalten während aller Unterrichtsphasen; - diszipliniertes Üben während der freien Übungszeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung der Bewegungsgestaltung hinsichtlich folgender Aspekte: Bewegungsqualität, Dynamik, Vollständigkeit, Bewegungsfluss, Kreativität

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB:7.6
Sportspiele anderer Kulturen		
<p>BF/SB: 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</p>	<p>Inhaltsfeld:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spiele aus anderen Kulturen 	<p>Inhaltlicher Schwerpunkt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen. (10 BWK 2.2), ein Endzonenspiel (z.B. Ultimate Frisbee, Rugby, Flag-Football) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven u. technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen, (10 BWK 7.3), 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern, (10 SK e1), • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlichen Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern. (10 SK e2), <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren (10 MK e1), • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden (10 MK e2), • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen (10 MK e3), 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Abfrage von Erfahrungen mit Sportspielen aus anderen Kulturen; - verschiedene Gruppenbildungsprozesse; - Erlernen und Gestalten von Regelstrukturen; - Adaption der Spielregeln, um eigenes Endzonenspiel zu entwickeln - kooperatives, teamorientiertes Spiel; - Akzeptanz von Spielleitungsentscheidungen ; - Frustrationstoleranz; - Fachbegriffe: Spielregeln, Ordnungsrahmen, Endzonenspiel 	<ul style="list-style-type: none"> - Initiieren von verschiedenen Gruppenbildungsprozessen (Zuwählen); - Erstellen von Regelplakaten und Einigung auf zu nutzende Regeln bei der Entwicklung des eigenen Endzonenspiels - Einnehmen der Spielleitungsrolle; transparente Konsequenzen bei Regelverstößen und unfairem Verhalten; 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gruppenbildungsprozesse reflektieren; - Bewertung von Spielerlebnis und –ergebnis; - individual- und gruppentaktisches Spielverhalten; - technisch-koordinative Herausforderungen - Bewertung und Optimierung des selbsterstellten Endzonenspiels anhand des Spielerlebnisses; - Regelverstöße besprechen; - Vereinbarungen adaptieren; <p>Fachbegriffe:</p> <p>Fairness, Fair Play, Reihenaufstellung, Gassenaufstellung, Innen- und Außenstirn(halb)kreis, Spielidee, Spielfeld, Spielmaterial, Spieleranzahl, Spielzeit, Zusatzregeln</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Engagement bei Auf- und Abbau von Spiel- und Sportgeräten; - faires und rücksichtsvolles Spielverhalten; - technisch-koordinative Verbesserung - individual- und gruppentaktisches Spielhalten und –verständnis; - Spiele und Regeln kriterienorientiert entwickeln; - sich individuell motorisch verbessern; <p>punktuell:</p> <p>Kriteriengeleitete Leistungsüberprüfung im Zielspiel des selbst entwickelten Endzonenspiels</p>

Themenübersicht Klasse 9

Themen	Zeitlicher Umfang	Kompetenzerwartungen
„Nicht nur sicher und ausdauernd, sondern auch schnell!“ - Ausgewählte Übungsformen zum Kraulschwimmen zum Erlernen der Grobform einschließlich Start und Wende und zum Erbringen einer Langzeitzeitausdauerleistung	ein Halbjahr	10 BWK 4.1, 4.3 10 SK a1, a2, d1, d2; 10 MK a3; 10 UK a1
Wir holen das „Gym“ in die Sporthalle! - Planung, Durchführung und Reflexion eines selbst erstellten Fitnesszirkels mit gesund-funktionalen Übungen	14 – 16 Stunden	10 BWK 1.3 10 SK d2, f1; 10 MK d1, d2, f2; 10 UK f1
Badminton sportiv ... lass deinen Gegner laufen! - Erarbeitung der Uh-Techniken zur Vervollständigung des Schlagrepertoires mit dem Ziel auch aggressiven Gegnern Paroli bieten zu können	12-16 Stunden	10 BWK 7.1, 7.2; 10 SK e1, e2; 10 MK e1, e2, e3; 10 UK e1
Im Team mit- und gegeneinander spielen können! –Angemessenes individualtaktisches und situationsgerechtes Reagieren und Verbalisieren in unterschiedlichen Spielsituationen	14 - 16 Stunden	10 BWK 7.1, 7.2; 10 SK e1, e2; 10 MK e1, e2, e3; 10 UK e1
Mach doch wasse willst V - Freiraum	xx Stunden	

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 1 Halbjahr	Nummer des UVs im BF/SB:4.2
<p><i>Nicht nur sicher und ausdauernd, sondern auch schnell!</i>" - Ausgewählte Übungsformen zum Kraulschwimmen zum Erlernen der Grobform einschließlich Start und Wende und zum Erbringen einer Langzeitzeitausdauerleistung</p>		
<p>BF/SB: 4 – Bewegen im Wasser</p>	<p>Inhaltsfeld:</p> <ul style="list-style-type: none"> • a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen • d - Leistung 	
<p>Inhaltliche/r Kern/e:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • Schwimmarten einschließlich Start und Wende • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser 	<p>Inhaltlicher Schwerpunkt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> – eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher ausführen, [10 BWK 4.1] <p>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]</p>	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • die für das Lernen und Üben bedeutsamen Körperempfindungen und -wahrnehmungen beschreiben. [10 SK a1] • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern, [10 SK a2] • grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben, [10 SK d1] • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern, [10 SK d2] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden. [10 MK a3] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen. [10 UK a1] 	

<p style="text-align: center;">Didaktische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Methodische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p style="text-align: center;">Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Brustschwimmen als Gleitzugtechnik (Wiederholung) - Kraulschwimmen als Wechselzugtechnik - Wende (Kippwende, Rollwende) - Tauchzug - Startsprung (Schrittstart, Greifstart) - Ausdauerleistung <p>Fachbegriffe:</p> <p style="margin-left: 20px;">-</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewegungsdemonstration zum Aufbau einer Bewegungsvorstellung ▪ Lehrerorientiertes Vorgehen bei dem Erlernen der Bewegungen/ Techniken (z.B. Methodische Übungsreihe) ▪ Analytisch-synthetische Vermittlungsmethode ▪ Stationslernen zur Wende ▪ Regelmäßige Rückmeldung zur Bewegungsausführung (z.B. Einsatz von Beobachtungsbögen) ▪ Fortgeschrittene SuS als „Experten“ einbinden 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale der Techniken (z.B. hoher Ellenbogen; Rollen des Körpers um die Körperlängsachse) - Orientierungshilfe im Wasser <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausdauer, Langzeitausdauer, Ermüdung - Wechselzugtechnik in Abgrenzung zur Gleitzugtechnik - Überwasser- und Unterwasserphase (Zug- und Druckphase) - Wechselbeinschlag - Atemtechnik und -rhythmus - Wasserlage - Rollen um die Körperlängsachs - Koordination Arm- Und Beinschlag 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sich individuell motorisch verbessern • Anstrengungsbereitschaft • Aktive Mitarbeit • Diszipliniertes Üben • verantwortungsbewusstes Verhalten bei der Partnerkorrektur <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikdemonstration Kraulschwimmen einschließlich Start und Wende • Erbringeneiner Langzeitausdauerleistung

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 12 - 16	Nummer des UVs im BF/SB:1.4
<p><i>Wir holen das „Gym“ in die Sporthalle!</i> - Planung, Durchführung und Reflexion eines selbst erstellten Fitnesszirkels mit gesund-funktionalen Übungen</p>		
<p>BF/SB: 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistung (d) • Gesundheit (f) 	
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elementen der Fitness 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trainingsplanung und Organisation (d), Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f), Gesundheitsverständnis und Körperbilder (f) 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen (BWK 1.3) 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern (SK d2), • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben (SK f1) <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen (MK d1), • sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren (MK d2), • Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren (MK f2), <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen (UK f1). 	

<p style="text-align: center;">Didaktische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Methodische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p style="text-align: center;">Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trainingsziele ermitteln und daraus einen Trainingsplan entwickeln (Soll-Zustand) - Vor- und Nachbereitung der Belastung (Aufwärmen/Cool-Down) - Erweiterung der Kenntnisse über die motorische Grundfähigkeit Kraft - Selbstständige Entwicklung eines Kraftzirkels - Gesundheitlich bedenkliche Körperideale <p>- Fachbegriffe: Kraft, Kraftarten (Maximalkraft, Schnellkraft, Kraftausdauer), Beweglichkeit, Belastung (Intensität, Umfang, Dichte, Dauer)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ermittlung der eigenen Kraft (Ist-Zustand) und des Fitness-Zustandes (z.B. DMT, Functional Movement Screen) - Kraft – Zirkeltraining (Circuittraining) - Angeleitete Kraftübungen mit Feedback und Korrektur zur Ausführung - Selbstorganisierte Korrekturaufgaben zur Bewegungsausführung - Leistungsdokumentation (Fitness-Tagebuch) - Lernen an Stationen - Auf- und Abbau von Trainingsstationen - Gruppenarbeit und -präsentation zur Erarbeitung von Fachbegriffen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kritische Reflexion von Übungsformen hinsichtlich der Wirkung und der gesundheitsorientierten Ausführung - Gesundheitsorientierte Betrachtung von medial verbreiteten Körperidealen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Circuittraining • Beanspruchte Muskelgruppen • Kraftarten (Maximalkraft, Schnellkraft, Kraftausdauer) und damit verbundene Trainingsmethoden (Muskelaufbautraining, Maximalkrafttraining) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aktive Mitarbeit im Unterricht • gesundheitsorientierte Ausführung von Kraftübungen • Sozialkompetentes Verhalten im Unterricht in Form von unterstützende Korrekturhilfen • Individuelle Verbesserung der Kraft • Führen eines Fitnessstagebuchs <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Planung und Ausführung eines selbstentwickelten Kraftzirkels in der Gruppe <p>Überprüfung des Fitness-Tagebuches und damit verbundene individuelle Entwicklung der Kraft</p>

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 14 - 16	Nummer des UVs im BF/SB: 7.7
<p>Badminton sportiv ... lass deinen Gegner laufen! - Erarbeitung der Uh-Techniken zur Vervollständigung des Schlagrepertoires mit dem Ziel auch aggressiven Gegnern Paroli bieten zu können</p>		
<p>BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>		<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e)
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Badminton als Einzel und Doppel 		<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) • Interaktion im Sport (e)
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen (BWK 7.1) • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden (BWK 7.2). 		<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfvverhalten (u.a. Wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern (SK e1), • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern (SK e2), <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren (MK e1) • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden (MK e2), • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen (MK e3), <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen (UK e1)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Weiterführung von Regelkenntnissen und des taktischen Verhaltens im Einzel und Doppel (Angriff/Abwehr) - Aufgabenverteilung auf den Doppelpositionen - Organisatorische Fähigkeiten entwickeln und einsetzen - Erlernte Fertigkeiten (Rh/Vh-Unterhand-Clear, -Netzdrop, -Drive) in der Feinform beherrschen - Weitere Taktikformen erarbeiten und umsetzen - Kommunikation untereinander auf dem Spielfeld - Aufstellung im Doppel nebeneinander - Fachbegriffe: Bewegungsmerkmale, miteinander spielen vs. gegeneinander spielen 	<ul style="list-style-type: none"> - Schiedsrichtertätigkeiten - Organisation von kleinen Turnieren / und oder Klassenturnier - Selbstständiger Auf- und Abbau des Spielfeldes - Ballverarbeitung: offensiv oder defensiv <p>Spielgenauigkeit verbessern durch Spielformen</p>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale der Techniken - Taktikkunde: Angriffs- und Abwehrverhalten - situationsangepasste Auswahl verschiedener Techniken <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pinzettengriff - cross, longline - Rh/Vh-Unterhand-Clear - Rh/Vh-Unterhand-Netzdrop - Drive - Splitstep, Stemmschritt 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktive Mitarbeit im Unterricht, - Kommunikation auf dem Spielfeld - faires und teamorientiertes Verhalten im Spiel, - individuelle motorische Verbesserung in den neuen Grundtechniken, <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendung der Basistechniken (mit besonderer Akzentuierung der Unterhand-Schläge): <ol style="list-style-type: none"> a) kurzer Aufschlag b) Unterhand-Clear Rh+Vh, cross + longline c) Unterhand-Netzdrop Rh+Vh, cross + longline d) Drive <p>in einer spielgemäßen Abschlussprüfung</p> <p>Organisation eines kleinen Turniers/Klassenturniers</p>

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 14 - 16	Nummer des UVs im BF/SB: 7.8
<p><i>Im Team mit- und gegeneinander spielen können!</i> – Angemessenes individualtaktisches und situationsgerechtes Reagieren und Verbalisieren in unterschiedlichen Spielsituationen</p>		
<p>BF/SB: 7 Spielen in oder mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>		<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e)
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiel Volleyball 		<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) • Interaktion im Sport (e)
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen (BWK 7.1) in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden (BWK 7.2). 		<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampverhalten (u.a. Wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern (SK e1), • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern (SK e2), <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren (MK e1) • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden (MK e2), • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen (MK e3), <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen (UK e1)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erweiterung der Regelkenntnisse und des taktischen Verhaltens (evtl. Spiel 6 gegen 6), ansonsten 4 gegen 4 - Aufgaben auf den verschiedenen Positionen - Organisatorische Fähigkeiten entwickeln und einsetzen - Erlernte Fertigkeiten (oberes und unteres Zuspiel, Aufschlag von unten) in der Feinform beherrschen - Erste Taktikformen erarbeiten und umsetzen - Kommunikation untereinander auf dem Spielfeld - <i>Aufstellung im Spiel 4 mit/gegen 4 (1:2:1);</i> - Fachbegriffe: Bewegungsmerkmale, miteinander spielen vs. gegeneinander spielen, Rotationsprinzip 	<ul style="list-style-type: none"> - Schiedsrichtertätigkeiten - Organisation von kleinen Turnieren / und oder Klassenturnier - Selbstständiger Auf- und Abbau des Spielfeldes - Ballannahme: Bereitschaftshaltung, positionsgerechtes Verhalten, Spiel über Position 3 auf 2 oder 4 Spielgenauigkeit verbessern durch Spielformen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regel- und Taktikkunde: Zählweise, Satz- und Spielgewinn, technischer Fehler - Aufstellungsformen/Positionen und Aufgaben; <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rotationsprinzip - Satzgewinn, Spielgewinn, Positionen 1-6 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktive Mitarbeit im Unterricht, - Kommunikation und Bewegung zum Ball in der Spielform, - faires und teamorientiertes Verhalten im Spiel, - individuelle motorische Verbesserung in den Grundtechniken, <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Überprüfung der Basistechniken (Pritschen, Baggern) in einer - spielgemäßen Übung 4 mit 4 (positionsgemäßes Bewegen) Organisation eines kleinen Turniers/Klassenturniers

Themenübersicht Klasse 10

Themen	Zeitlicher Umfang	Kompetenzerwartungen
Vorbereitung und erfolgreiches Absolvieren der Bundesjugendspiele	12-16 Stunden	10 BWK 3.1, 3.4 10 SK e1, e2; 10 MK d2; 10 UK d1, d2
<i>Ab auf die Straße!</i> - Streetball	12-16 Stunden	10 BWK 7.4; 10 SK e1, e2; 10 MK e1; 10 UK e1
<i>Fit in die Oberstufe!</i> – Einen Trainingsplan für Koordinations- und Konditionstraining erstellen und beurteilen	10 Stunden	10 BWK 1.2; 10 SK d2, f1; 10 MK d1, d2, f2; 10 UK f1
<i>Kreativ mit Material im Raum</i> – Gymnastik (rhythmisch)	12 Stunden	10 BWK 6.1; 10 SK b1, b2; 10 MK b1, b3; 10 UK b1, b2
<i>Mach doch wasse willst VI</i> - Freiraum	xx Stunden	

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12 - 16	Nummer des UVs im BF/SB:3.5
Vorbereitung und erfolgreiches Absolvieren der Bundesjugendspiele		
BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen • d - Leistung 	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf/Stoß) • Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Interaktion im Sport (e) • Leistungsverständnis im Sport (d) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> – leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf/Stoß) auf erweitertem technisch-koordinativem Fertigniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern (10 BWK 3.1), – einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf (z. B. Biathlon, Triathlon) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen (10 BWK 3.4). 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten erläutern (u. a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) (10 SK e1), • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern (10 SK e2), MK <ul style="list-style-type: none"> • sportl. Leistungen analog/digital erfassen und dokumentieren (10 MK d2), UK <ul style="list-style-type: none"> • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen (10 UK d1), • den Leistungsbegriff unter Verwendung bestimmter Bezugsgrößen kritisch reflektieren (10 UK d2). 	

<p style="text-align: center;">Didaktische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Methodische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p style="text-align: center;">Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - schnelles Laufen - ausdauerndes Laufen - weites und hohes Springen (Verfeinern der jeweiligen Techniken, ggf. auch Kennerlernen anderer Versionen) - Verfeinern der technischen Grobform des Kugelstoßens zur Erzielung größerer Weiten - Reflexion über die eigene Leistungsfähigkeit <p>Fachbegriffe:</p> <p>Bewegungsmerkmale der leichtathletischen Techniken:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sprint - Sprung (Flop-Technik, Hang- und Schrittsprung-Technik) - Stoß (Verbessern der Abwurfwinkel, -geschwindigkeit), Einführung Drehstoß-Technik 	<ul style="list-style-type: none"> - Drehstoß-Technik als weitere Möglichkeit kennenlernen - nach dem alternativen Wettkampf des Sportabzeichens aus Jg. 8 jetzt direkter Wettkampf und Messen von Weiten, Höhen und Zeiten – OHNE alternative Leistungsmöglichkeiten wie beim DSA (z. B. Seilspringen, Koordinationsübungen, Turnen etc.) - sich anhand klar normierter Werte mit anderen Messen als traditioneller Wettkampf 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vergleich der traditionellen Wettkämpfe mit dem bereits kennengelernten Sportabzeichen und Reflexion der Ansätze - Überlegungen, wie man die eigenen Leistungen verbessern könnte (Technikverbesserung, häufigeres Training, Wettkampf mit anderen, etc.) - Aussagekraft von alternativen bzw. traditionellen Wettkämpfen <p>Fachbegriffe:</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sich individuell motorisch verbessern - Technikbeurteilung Drehstoß bzw. bei weiteren Techniken <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Absolvieren der Disziplinen des Sportabzeichens und Beurteilung aufgrund der vorgegebenen, zu erreichenden Werte.

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.9
Ab auf die Straße! - Streetball		
BF/SB: 7Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • e - Kooperation und Konkurrenz 	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) • Interaktion im Sport (e) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> - eine Sportspielvariante (z.B. Beachvolleyball, Streetball, Floorball) oder ein alternatives Mannschafts- oder Partnerspiel (z.B. Korfball, Tchoukball, Baseball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven u. technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen (10 BWK 7.4) 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> - Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern (10 SK e1), - Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedl. Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern (10 SK e2), MK <ul style="list-style-type: none"> - Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren (10 MK e1), UK <ul style="list-style-type: none"> - 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). 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Techniken (Vertiefung bisher erlernter Techniken) - Streetball-Regeln - Fairplay - Taktische Handlungsmuster - Selbstorganisierte Übungsformen in Kleingruppen an jeweils einem Korb <p>Fachbegriffe:</p> <p>Streetball-Regeln</p> <p>Individual- und Gruppentaktik</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Übernahme von Verantwortung für sich und andere (Fehlen eines Schiedsrichters) - Spielgemäßes Konzept - Spielnahe Umsetzung von Übungsformen in kleinen Gruppen - Spielgenauigkeit verbessern durch Spielformen in Kleingruppen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale der Grundtechniken (Passen und Werfen) - Gruppentaktisches Verhalten in der offensive und Defensive - Situationsabhängiges Anwenden unterschiedlicher Individualtaktiken - Regelkunde: Abgrenzung der Regeln zum klassischen Sportspiel Basketball <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Druckpass - Bodenpass - Positionswurf - Korbleger - Rebound - Cut-Bewegung - Give-and-Go - Pick-and-Roll 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aktive Mitarbeit im Unterricht - Aktive Teilhabe an Projekten in den Kleingruppen - Kommunikation auf dem Feld - Einhaltung des Fairplays - Verbesserung der individuellen Ausführungen der Grundtechniken <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gruppentaktisches Verhalten im Zielspiel <i>Streetball – 3:3 auf einen Korb</i> - Präsentation einer selbstentwickelten Übungsform zur Verbesserung einer ausgewählten Grundtechnik in der Kleingruppe

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12 - 16	Nummer des UVs im BF/SB: 1.5
<i>Fit in die Oberstufe!</i> – Einen Trainingsplan für Koordinations- und Konditionstraining erstellen und beurteilen		
BF/SB: 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • d – Leistung • f – Gesundheit 	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Trainingsplanung und Organisation (d) • Gesundheitsverständnis und Körperbilder (f) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> – ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen (10 BWK 1.1), – ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen (10 BWK 1.2). 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern (10 SK d2), • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben (10 SK f1), MK <ul style="list-style-type: none"> • einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen (10 MK d1), • sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren (10 MK d2), • 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), UK <ul style="list-style-type: none"> • gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen (10 UK f1). 	

<p style="text-align: center;">Didaktische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Methodische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p style="text-align: center;">Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Koordinative Fähigkeiten - Konditionelle Fähigkeiten - Große Muskelgruppen kennen - Belastungsindikatoren (Hf, Laktat, Atemfrequenz) kennen - Belastungsgrößen zur Trainingssteuerung - Auswirkungen von Training - Belastungsdokumentation <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Koordinative Fähigkeiten - Konditionelle Fähigkeiten - Herzfrequenz, Atemfrequenz, Laktat/Übersäuerung - Belastungsgrößen 	<ul style="list-style-type: none"> - Durchführung und Analyse eines Zirkeltrainings (Kraft) und von koordinativen Übungen - Partnerarbeit; - Erstellung und Durchführung einer Trainingsplanung zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Fähigkeit für die Klasse - Kleingruppe; - Analyse und Bewertung der Trainingsplanung der Kleingruppen; - Messung und Dokumentation der eigenen Leistung; 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Koordinative und konditionelle Fähigkeiten, sowie große Muskelgruppen Übungen zuordnen; - Belastungsindikatoren kennenlernen und zur Trainingssteuerung nutzen; - Belastungsgrößen kennenlernen und bei der Trainingsplanung anwenden; - Auswirkungen von Kraft- und Ausdauertraining theoretisch kennen und am eigenen Beispiel beobachten/beurteilen; <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Orientierungsfähigkeit, Reaktionsfähigkeit, Rhythmisierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit, Gleichgewichtsfähigkeit; - Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Schnelligkeit; - Belastungsintensität, -umfang, -dauer und -dichte; 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aktive Mitarbeit im Unterricht - Aktive Teilhabe an Trainingsplanung in den Kleingruppen - Dokumentation der eigenen Leistung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vorstellung und Durchführung der Trainingsplanung (schriftliche Ausarbeitung und Präsentation)

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB:6.6
<i>Kreativ mit Material im Raum – Gymnastik (rhythmisch)</i>		
BF/SB: 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • b – Bewegungsgestaltung 	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Variation von Bewegungen (b) • Gestaltungskriterien (b) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> – eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (Ball, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren (10 BWK 6.1). 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen, (10 SK b1), • das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben (10 SK b2), MK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe – nutzen (10 MK b1), • kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden (10 MK b3), UK <ul style="list-style-type: none"> • die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen (10 UK b1), • gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen (10 UK b2). 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsebenen (vertikal, horizontal, schräg) - Bewegungsrichtungen (auswärts, einwärts, vorwärts, rückwärts) - Ausgangsstellungen (Stände, Sitze, Lagen) - Armhaltungen (Hochhalte, Tiefhalte,..., geschlossen, offen) - Verschiedene Schritte (laufen, gehen, federn, hüpfen, springen) - Mit Geräten (Kreise, Schwünge, Wellen) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Musikalische Fachbegriffe (bpm, Takt, Metrum, Rhythmus) 	<ul style="list-style-type: none"> - Stationlernen zu verschiedenen Bewegungsebenen, Bewegungsrichtungen, Schritten - Nachahmendes Lernen bei Techniken mit den Handgeräten - Erarbeitung einer Kür in Gruppenarbeit - Gemeinsame Erarbeitung der Kriterien zur Bewertung der Kür 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bedeutung von Präsentationen im Sport - Ausdruck von Gefühlen und Stimmungen mit Hilfe des Körpers - Wenn es nicht um höher-schneller-weiter geht, was sind dann die Qualitätsmerkmale eines Tanzes? 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung der Gruppenarbeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation der Kür und Bewertung nach den gemeinsam erstellten Kriterien