

Fach Sport

(Fassung vom 09.09.2021)

schulinternes Curriculum Sek I und II

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit	4
Fachliche Bezüge zum Leitbild der Schule	4
Fachliche Bezüge zu Europa	5
Fachliche Bezüge zu den Rahmenbedingungen des schulischen Umfelds	5
Unterrichtsangebot	6
Fachliche Zusammenarbeit mit außerschulischen Partnern.....	6
Schulsportliches Wettkampfwesen	7
Schulsportfeste	8
Angebote zur Förderung und Forderung.....	7
Bilinguale Sport-Profilkurse in den Jahrgangsstufen 5 und 6	8
Kursprofile in der Qualifikationsphase:	9
Sport als 4. Abiturfach:	9
Partnerschule des Leistungssports:	9
Fahrtenprogramm	10
Hausaufgaben	11
Entscheidungen zum Unterricht	12
Unterrichtsvorhaben Sekundarstufe 1 (G9)	12
Unterrichtsvorhaben Sekundarstufe 2 (G8)	139
Grundsätze der Leistungsbewertung	230

Vorwort

Sport ist gesund, Sport macht Spaß, Sport bildet – das Fach Sport hat an unserer Schule einen besonderen Stellenwert. Seit Jahren sind wir „Partnerschule des Leistungssports“, arbeiten partnerschaftlich und gleichberechtigt mit verschiedenen Krefelder Vereinen eng zusammen, um unseren Schülern die Möglichkeit zu bieten ein vielfältiges Repertoire an Sportarten „live“ zu erleben. Dass diese Kooperationen Früchte tragen, zeigen die diversen Titel, die unsere Schülerinnen und Schüler in den vergangenen Jahren gesammelt haben. Hervorzuheben sind hier sicherlich die Siege bei „Jugend trainiert für Olympia“ in der Mannschaftssportart Hockey, welche sowohl die Jungen und Mädchen bei den Bundesfinals in Berlin bereits errungen haben. Aber nicht nur die ganz großen Erfolge, sondern auch die gewonnenen Titelkämpfe auf Stadt- und Landesebene machen uns stolz. In den letzten zehn Jahren gelang es unseren Sportlern immer sich als eine der besten drei Schulen Krefelds zu platzieren, der Stadtmeisterpokal stand dabei nicht selten in unserer Vitrine. Auch das Deutsche Sportabzeichen wird am Moltke jährlich während des Sportfestes auf der Sportanlage unseres Partnervereins „Bayer Uerdingen“ erworben.

Der Sportverein Bayer ist es auch, der in enger Kooperation mit der Fachschaft Sport zahlreiche Arbeitsgemeinschaften anbietet, auch außergewöhnliche Sportarten wie Le Parkour sind darunter. Zusätzlich wird an unserer Schule Sport als viertes Abiturfach unterrichtet, wodurch der Stellenwert dieses Unterrichtsfaches an unserer Schule noch weiter unterstrichen wird.

Der vorliegende schulinterne Lehrplan unseres „Moltkes“ versteht sich als kontinuierlich veränderbares und dynamisches Dokument, das fortwährend evaluiert und fortgeschrieben wird. Die Fachkonferenz ist bestrebt, den Fachunterricht Sport immer weiterzuentwickeln, zu innovieren und zu verbessern, sodass auch die Inhalte dieses Lehrplans immer wieder modifiziert werden (können).

Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit

Fachliche Bezüge zum Leitbild der Schule

Die Fachschaft Sport verpflichtet sich dem Leitbild der Schule in besonderem Maße. Der Stellenwert des Faches Sport drückt sich im Schulprogramm und im Leitbild unserer Schule aus. Wir folgen dabei einem ganzheitlichen, salutogenetischem Ansatz, der intendiert, die Freude an Bewegung, Spiel und Sport unserer Schülerinnen und Schüler zu fördern. Der Unterricht findet in allen Jahrgangsstufen gemäß SchulG NRW §2 Absatz 4 grundsätzlich koedukativ statt. Wo pädagogisch begründet und gewinnbringend, können koedukative Lernsettings phasenweise aufgebrochen werden. Bei der Gestaltung des Unterrichts sind die Interessen von Jungen und Mädchen gleichberechtigt zu berücksichtigen.

Dabei folgt unsere Arbeit konsequent den Rahmenvorgaben des Schulsports im Sinne eines erziehenden Sportunterrichts: Im Besonderen gilt es im Sportunterricht, Möglichkeiten der Partizipation anzustreben und das eigene Handeln aus verschiedenen Perspektiven (Prinzip der Mehrperspektivität) zu reflektieren. Übergeordnetes Ziel dabei ist es, die Schülerinnen und Schüler zum lebenslangen Sporttreiben zu bewegen und eine umfassende Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport zu schaffen.

Im Leitbild der Schule heißt es, dass alle Akteure des „Moltkes“ **gemeinsam mehr erreichen**. Im Sinne einer umfassenden Bildung fördert die Fachschaft Sport die Entfaltung der Persönlichkeit in gleichberechtigter Teilhabe aller Akteur:innen. Dabei lösen wir den gymnasialen Leitgedanken im Fach Sport durch ein gesundes Leistungsbewusstsein ein und stellen dabei die persönliche Verantwortung für Lernen, Kompetenzerwerb, Selbstreflexion und Mündigkeit in den Fokus unserer Arbeit. All das geschieht in einer Erziehungspartnerschaft, zu der Schüler:innen, Eltern sowie Lehrer:innen gehören. Diese Partnerschaft kümmert sich um die bestmögliche Entwicklung und Entfaltung der Potentiale unserer Schüler:innen – in sportfachlicher, selbstregulatorischer, emotionaler und sozialer Hinsicht. **Gemeinsam. Mehr erreichen.**

Fachliche Bezüge zu Europa

Im Rahmen der Zertifizierung zur Europaschule für das Schuljahr 2021/22 hat die Fachschaft Sport beschlossen, dass sich die fachliche Arbeit auf konkrete Schwerpunkte (siehe UV-Karten unter Unterrichtsvorhaben) am Europa-Gedanken orientiert. Der Sport bietet vielfältige und mehrperspektivische Zugänge dazu. Anders als in den kognitiven Fächern, kann Europa hier am eigenen Körper erfahren und erlebt werden. Erklärtes Ziel ist es, die europäische Sportkultur in den Sportunterricht am Gymnasium am Moltkeplatz zu holen und diese für die Schülerinnen und Schüler begreifbar zu machen. Durch die körperliche Auseinandersetzung und Reflexion mit Europa (und der Welt) können Horizonte erweitert und Bewegungswelten – im wahrsten Sinne des Wortes – erschlossen werden.

Fachliche Bezüge zu den Rahmenbedingungen des schulischen Umfelds

Sportstätten der Schule

- zwei Sporthallen (eine medial mit Beamer ausgestattet)

Sportstätten im Umfeld der Schule

- Sporthallen benachbarter Grundschulen, z.B. Grotenburghalle, Mosaikschule, Gebrüder-Grimm-Schule
- Nutzung des Badezentrums in Bockum (dienstags 3. + 4. sowie donnerstags 3. + 4. Stunde)
- Bezirkssportanlage Sprödental mit 4 Laufbahnen, 2 Sprunggruben, 1 Hochsprunganlage, 1 Ascheplatz, 1 Fußballplatz, 1 American Football Feld (fußläufig zu erreichen)
- Factory Krefeld (Fitnessstudio)
- Fitpark One (Badmintonfelder)
- zahlreiche Kooperationen (s.u.)

Unterrichtsangebot

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

Jahrgang	5	6	7	8	9	10
Unterrichtsstunden	3	4	3	3	3	2

- Einführungsphase der GOST: 3-stündig
- Qualifikationsphase der GOST: Grundkurs 3-stündig (auch P4)

Fachliche Zusammenarbeit mit außerschulischen Partnern

Das Gymnasium am Moltkeplatz ist eine Schule, die gerne den Sportunterricht öffnet, um allen Schülerinnen und Schülern einen möglichst vielfältigen Zugang zur Bewegungs-/ Spiel- und Sportkultur zu ermöglichen. Die Sportlehrer:innen kooperieren mit Übungsleitern/Trainern von zahlreichen Krefelder Sportvereinen. **Gemeinsam. Mehr erreichen.:**

- Crefelder Hocken und Tennis Club 1890 e.V.
- Crefelder Ruder-Club 1883 e.V.
- Sportclub Bayer 05 Uerdingen e.V.
- Krefelder Golf Club e.V.
- Tennisschule Dohmes und Gollomb
- Stadt Krefeld (Eishalle, Stadtmeisterschaften)
- Factory Krefeld
- AOK – Fit durch die Schule

Die Kooperationen werden mithilfe der Kooperationspartner wie folgt im Schulalltag realisiert:

- in den Sportunterricht integrierte Schnuppertage für die jeweilige Sportart
- Talentsichtung und Talentförderung durch die Vereine
- kostenlose Schnupperkurse für unsere Schüler und Schülerinnen
- mehrere in die Curricula eingearbeiteten Unterrichtsvorhaben im Sportprofil der Klasse 5/6, in der Jahrgangsstufe 8 sowie im Fitnessprofil in der Oberstufe

- die Erlangung eines Fitnessführerscheins in allen Profilkursen der Oberstufe
- Arbeitsgemeinschaften wie eine Ruder-, Tennis-, Eishockey- und Parkour-AG
- eine Übermittagsbetreuung mit warmen Mittagessen, Hausaufgabenbetreuung und unterschiedlichen Sportangeboten durch den SC Bayer 05 Uerdingen
- Fortbildungen für Sportlehrer:innen durch die Kooperationspartner

Ansprechpartnerin für die außerschulischen Kooperationspartner ist Frau Schmitz.

Angebote zur Förderung und Forderung

Die Fachschaft Sport ermöglicht all seinen Schülerinnen und Schülern vielfältige Angebote zur Förderung und Forderung im Fach Sport. Im Regelunterricht ist eine bindendendifferenzierte und individualisierte Unterrichtspraxis in allen Jahrgangsstufen obligatorisch. Der Doppelauftrag des Sportunterrichts (Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur sowie Entwicklungsförderung durch Bewegungs-, Spiel und Sport) wird dadurch am Gymnasium am Moltkeplatz in verschiedenen Dimensionen realisiert. Die Erschließung des facheigenen Sachgebiets „Sport“ soll die Vielfalt des Sports erfahrbar machen und die Handlungsfähigkeit der Schüler:innen bezogen auf den Sport fördern. Dies zielt auch auf eine sinnvolle und verantwortliche Lebensgestaltung im Hinblick auf lebenslanges Sporttreiben ab. Auf der anderen Seite versteht sich die Entwicklungsförderung dabei als ganzheitlich und von den individuellen Voraussetzungen der Schüler:innen ausgehend. Nachfolgend sind Angebote dargestellt, die die individuelle Förderung und Forderung sowie den Doppelauftrag des Sportunterrichts in besonderem Maße realisieren.

Schulsportliches Wettkampfwesen

Sporttalentierte Schüler und Schülerinnen werden in den Sportarten Badminton, Basketball, Eishockey, Fußball, Gerätturnen, Golf, Handball, Hockey, Leichtathletik, Schach, Schwimmen, Tennis und Tischtennis durch die Teilnahme an Stadtmeisterschaften besonders gefördert. Durch die jährliche Zusammensetzung von Schulmannschaften innerhalb der unterschiedlichen Wettkampfklassen durch eine/n festinstallierte/n Ansprechpartner:in, der immer auch Sportlehrer:in ist, werden die Schülerinnen und Schüler von der Meldung der Mannschaft bis zum eigentlichen Wettkampf individuell betreut und gecoacht. Ziel des breiten Sportangebots auf Meisterschaftsebene

ist es, möglichst allen Neigungen und Interessen der Schülerschaft zu entsprechen und diese individuell zu fördern und zu fordern. Zudem sollen die alljährlichen Bundesjugendspiele mit gleichzeitiger Abnahme des Deutschen Sportabzeichens ein weiteres Angebot zur Förderung und Forderung unserer Schüler und Schülerinnen darstellen. Im Schuljahr 2021/22 führten Herr Breuer-Schimanke und Frau Möllecken die Schulsport-Stafette (Jugend trainiert für Olympia und Paralympics) erfolgreich durch. An der Stafette nahmen ca. 100 Schüler:innen an Wettbewerben in den Sportarten Tennis, Basketball, Fußball, Hockey und Leichtathletik teil. Die Teilnahme an der nächsten Veranstaltung ist bereits geplant.

Schulsportfeste

Jedes Jahr veranstaltet die Fachschaft im Rahmen der Bundesjugendspiele Sport das Sportfest für die gesamte Schulgemeinschaft auf der Bezirkssportanlage Sprödentel. Das Bewegungsfeld Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik hat traditionell einen hohen Stellenwert am „Moltke“, sodass die Kinder durch einen kurzen Anfahrtsweg zur Sportstätte und mit viel Spaß und Freude im Fachunterricht kindgerecht auf die Bundesjugendspiele vorbereitet werden. Dies stärkt die Schulgemeinschaft. Zusätzlich erhalten wir vom Stadtsportbund regelmäßig Geldpreise aufgrund der hohen Anzahl der abgenommenen Sportabzeichen. Die Auswertung der Bundesjugendspiele tätigen traditionell die Leistungskurse Mathematik der Q1. Ansprechpartner:innen für das Sportfest sind Hr. Hagen und Fr. Möllecken.

Alle zwei Jahre veranstaltet das Moltke einen alternativen Spendenlauf. Hier bringt sich die Fachschaft Sport ebenfalls ein und organisiert sportliche Angebote und Turniere (u.a. Lehrer gegen Schüler:innen).

Bilinguale Sport-Profilkurse in den Jahrgangsstufen 5 und 6

Die Sport-Profilkurse in der Jahrgangsstufe 5 und 6 sind so konzipiert, dass individuelle Förderung und Forderung für alle Schüler und Schülerinnen, die Freude an Bewegung haben, in zwei zusätzlichen Wochenstunden ermöglicht wird. Sie verstehen sich als ein erweiterter Sportunterricht, der in den Jahrgangsstufen 5 und 6 außerhalb des Klassenverbands erteilt wird. Hier werden im Sinne des Förderns (weniger erfahrene Sportler:innen) und Forderns (sporterfahrene Sportler:innen) Inhalte thematisiert, die nicht mit denen des Regelunterrichts identisch sind. Besondere Fähigkeiten sind nicht

erforderlich, so dass der Profilkurs für alle Schülerinnen und Schüler geöffnet ist. Ziele des Sport-Profilkurses umfassen:

- Vielfältige (Bewegungs-) Erfahrungen mit dem eigenen Körper sammeln.
- Stärkung der sozialen Kompetenz durch ein sportliches Miteinander und gemeinschaftliche Erlebnisse.
- Förderung von Ausgeglichenheit durch Bewegung.
- Stärkung des Selbstwertgefühls und des Selbstvertrauens durch persönliche sportliche Erfolge.

Seit dem Schuljahr 2021/22 wird das Sportprofil nach einer Test- und Evaluationsphase im Schuljahr 2020/21 bilingual unterrichtet. Das Sachfach Sport wird funktional einsprachig in der Zielsprache Englisch unterrichtet. Ansprechpartnerin ist Frau Schmitz.

Kursprofile in der Qualifikationsphase:

In der Qualifikationsphase haben unsere Schüler:innen im Sinne der Förderung/Forderung die Möglichkeit aus drei Kursprofilen nach Neigung und Interesse zu wählen. Die Kursprofile umfassen:

- Kursprofil 1: Fitness und Basketball
- Kursprofil 2: Fitness und Volleyball
- Kursprofil 3: Fitness und Badminton

Sport als 4. Abiturfach:

Am Gymnasium am Moltkeplatz hat jede/r Schüler:in mit Beginn des Schuljahres 2017/2018 die Möglichkeit Sport als 4. Abiturfach zu wählen, so dass sportaffine Schülerinnen und Schüler besonders gefordert werden und das Fach Sport auch vertieft wissenschaftspropädeutisch erfahren können.

Partnerschule des Leistungssports:

Als eine von 22 Partnerschulen des Leistungssports in NRW bieten wir unseren sporttalentierten Schüler:innen seit 2002 eine zusätzliche Förderung/Forderung, so dass diese den Ansprüchen des Spitzensports sowie den Herausforderungen auf ihrem

individuellen Bildungsweg gerecht werden können. Das dadurch entstehende Verbundsystem zwischen Schule und Leistungssport unterstützt jugendliche Sporttalente dabei, Leistungssport und Bildungsweg miteinander vereinbaren zu können. Folgende Angebote bieten wir unseren sporttalentierten Schüler und Schülerinnen:

- Kooperation mit dem Crefelder Ruderclub, der gleichzeitig dem Olympiastützpunkt in Mülheim an der Ruhr angegliedert ist (*siehe Kooperation Crefelder Ruderclub*)
- kostenlosen Nachhilfeunterricht für Leistungssportler.
- diverses sportliches AG Angebot im Nachmittagsbereich: Tanz, Fußball, Basketball, Rudern, Golf, Hip Hop, Spiele etc.
- regelmäßige Teilnahme an Schulsportmeisterschaften in verschiedensten Sportarten: Tennis, Fußball, Volleyball, Handball, Basketball, Turnen, Beachvolleyball, Badminton, Schwimmen und Golf
- Möglichkeit der Teilnahme an einem Profilkurs in der Jahrgangsstufe 5 und 6
- Außerschulische Aktivitäten wie z.B. eine Skifahrt in der Jahrgangsstufe 9 oder ein jährliches Sportfest u.a. zum Ablegen des Sportabzeichens für die ganze Schule.
- Mitgliedschaft im Netzwerk „Krefelder Schulen und Leistungssport“

Ansprechpartner:innen sind Herr Breuer-Schimanke und Frau Schmitz.

Fahrtenprogramm

Während der Wintersportfahrt - Stufenfahrt der Jahrgangsstufe 9 in der Zeit um Karneval tauschen jedes Jahr die Neuntklässler des Gymnasiums am Moltkeplatz das Klassenzimmer gegen verschneite Skipisten. Dann geht es für eine Woche in das österreichische Flattach, wo die Schülerinnen und Schüler wahlweise entweder das Skifahren bzw. Snowboarden neu erlernen oder vertiefen.

Die Schulung der Kompetenzen in diesem Bewegungsfeld ist in der Obligatorik des schulinternen Curriculums verankert und sieht vor, dass alle Schülerinnen und Schüler die einwöchige Wintersportfahrt mit einer Leistungsüberprüfung abschließen, die sie dazu befähigt das Erlernte – ihrem Kursniveau entsprechend - anzuwenden.

Die Anfänger, Fortgeschrittenen und Profi - Kurse werden von erfahrenen und ausgebildeten Lehrerinnen und Lehrern des Gymnasiums am Moltkeplatz geleitet, die die Schülerinnen und Schüler auch im Vorfeld der Wintersportfahrt – im Rahmen des Sportunterrichts - gezielt konditionell auf die Belastungen des Skilaufs vorbereiten.

Nach dem Skilauf sorgt ein abwechslungsreiches Abendprogramm für Erholung und Unterhaltung. Ansprechpartner ist Herr Rasel.

Hausaufgaben

„Hausaufgaben sind ein Teil der Erziehung zu Eigenverantwortung und Selbständigkeit, Schüler lernen damit ein eigenständiges Arbeiten. (...)“ (Josef Kraus, Präsident des Deutschen Lehrerverbands)

Aus diesem Grund werden im Fach Sport regelmäßig kleine (und in der Oberstufe auch etwas ausführlichere) Hausaufgaben aufgegeben. Auf diese Weise werden die im Unterricht behandelten Themen theoretisch und kognitiv ergänzt und gefestigt. Auch ein Lerntagebuch kann als fortlaufende Hausaufgabe geführt werden.

Entscheidungen zum Unterricht

Unterrichtsvorhaben Sekundarstufe 1 (G9)

In der nachfolgenden Übersicht wird die für alle Lehrerinnen und Lehrer gemäß Fachkonferenzbeschluss verbindliche Verteilung der Unterrichtsvorhaben dargestellt.

Die Übersicht dient dazu für die einzelnen Jahrgangsstufen allen am Bildungsprozess Beteiligten einen schnellen Überblick über Themen bzw. Fragestellungen der Unterrichtsvorhaben unter Angabe besonderer Schwerpunkte in den Inhalten und in der Kompetenzentwicklung zu verschaffen. Dadurch soll verdeutlicht werden, welches Wissen und welche Fähigkeiten in den jeweiligen Unterrichtsvorhaben besonders gut zu erlernen sind und welche Aspekte deshalb im Unterricht hervorgehoben thematisiert werden sollten. Unter den Hinweisen des Übersichtsrasters werden u.a. Möglichkeiten im Hinblick auf inhaltliche Fokussierungen und interne Verknüpfungen ausgewiesen.

Der ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Der schulinterne Lehrplan ist so gestaltet, dass er zusätzlichen Spielraum für Vertiefungen, besondere Interessen von Schülerinnen und Schülern, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Praktika, Klassenfahrten o.Ä.) belässt

**Verteilung der Unterrichtsvorhaben nach Bewegungsfeldern und Sportbereichen in der Erprobungsstufe: Klassen 5 – 6
(Gymnasium am Moltkeplatz, Stand 27.05.2021)**

Bewegungs-felder	<i>Körper wahrnehmen und Bew.-föh. ausprägen</i>	<i>Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i>	<i>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</i>	<i>Bewegen im Wasser – Schwimmen</i>	<i>Bewegen an Geräten – Turnen</i>	<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik, Tanz</i>	<i>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</i>	<i>Gleiten, Fahren Rollen – Roll-, Boots-, Wintersport</i>	<i>Ringern und Kämpfen – Zweikampfsport</i>
Jahrgang									
5	Allg. und spezielles Aufwärmen (6) Motorischer Test NRW (6) Ausdauer I (15 min Laufen) (8)	Kooperations- und Kommunikationsspiele (6) Life Kinetik (6)	Grundlagen der Leichtathletik (16)		Bodenturnen I (14)	Tänzerische Bewegungsgestaltung (12)	Heidelberger Ballschule (12)		Kämpfen mit- und gegeneinander (12)
6	Entspannungsmethoden	Pausenspiele (10)	Leichtathletischer Dreikampf (14)	Wasserbewältigung (2) Technik Brust + Startsprung und Wende (8) Schwimmausdauer I (15 min beliebige Schwimmar, mind 200 m) (6)	Im Gerätedschungel (Geräteparcours) (12)	Handgerät I (12)	Fußball I (DFB – Fußballabzeichen) (12) Basketball 3:3 I (14)	Skate-, Bike-, Boardparcours (Waveboard) (10)	

Klasse 5

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 5

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ Gemeinsam. Mehr erreichen. “ – Erprobung von Kooperations- und Kommunikationsspielen unter besonderer Berücksichtigung gruppenspezifischer Prozesse zur Vertrauensbildung	2.1	6
UV 2	„ Wenn das Gehirn joggen geht... “ – Erprobung und Schulung vielfältiger Spiel- und Übungsformen (<i>Life Kinetik</i> und <i>Games for Brains</i>) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit und der koordinativen Fähigkeiten	2.2	6
UV 3	„ Aufwärmen – aber richtig! “ – Erarbeitung der Grundlagen des allgemeinen und speziellen Erwärmens mit dem Ziel ein eigenes Aufwärmprogramm zu entwickeln und mit der eigenen Klasse durchzuführen (auch möglich als integriertes UV in verschiedenen BF/SP bzw. UVs)	1.1	6
UV 4	„ Wie fit bist du? “ – Durchführung des <i>Motorischen Tests für NRW</i> zur punktuellen Messung von Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Koordination	1.2	6
UV 5	„ Sich zusammen anstrengen und Spaß haben “ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und leichtathletische Disziplinen auf grundlegendem Niveau ausführen	3.1	16
UV 6	„ Ganz schön aus der Puste?! “ – Den individuellen Leistungszuwachs in vielfältigen spielerischen Belastungssituationen beobachten sowie dokumentieren und dabei die körperlichen Reaktionen kennenlernen und beschreiben	1.3	8
UV 7	„ Der Ball ist mein Freund “ – Sportspielübergreifende Basiskompetenzen aus der Heidelberger Ballschule in vielfältigen Spiel- und Übungsformen unter Berücksichtigung der individuellen Bewegungsqualität erproben und vertiefen	7.1	12
UV 8	„ Die Welt steht Kopf! “ – Von der Einführung in das normgebundene Turnen hin zur Erarbeitung einer Übungsverbindung turnerischer Bodenturnelemente	5.1	14
UV 9	„ ...5, 6, 7, 8 “ – Erarbeitung und Präsentation einer einfachen tänzerischen Bewegungsgestaltung in der Gruppe unter Berücksichtigung aktueller Musik- und Tanzrends	6.1	12
UV 10	„ STOPPI! “ – Kampfsituationen mit- bzw. gegeneinander und um Raum bzw. Gegenstände für mich und andere fair und kooperativ abwägen und verantworten	9.1	12

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 2.1
Thema des UV: „Gemeinsam. Mehr erreichen.“ – Erprobung von Kooperations- und Kommunikationsspielen unter besonderer Berücksichtigung gruppendynamischer Prozesse zur Vertrauensbildung und des Zusammenhalts		
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> kooperative Spiele 		Inhaltliche Schwerpunkte: <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] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] MK <ul style="list-style-type: none"> selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Abenteuerspiele aus dem Bereich der Erlebnispädagogik - Kennenlernspiele - Aufwärmspiele - Wahrnehmungsspiele - Vertrauensübungen/-spiele (z.B. Baumstammtrgen, Ingenieur und Roboter, vom Längskasten fallen lassen...) - Kooperationsspiele - Initiativ- und Problemlösespiele - Abenteueraktionen - Reflexionsübungen 	<ul style="list-style-type: none"> - Partner- und Gruppenarbeiten mit bekannten/unbekannten Partner*innen - Zusammenarbeit in heterogenen/homogenen Teams - Bewegungsaufgaben, wie z.B. gemeinsam auf die andere Seite der Halle gelangen ohne den Boden zu berühren, schaffen; dann gemeinsame Ziele formulieren lassen; dann Lösung der Bewegungsaufgabe - eigene Bewegungsaufgaben erfinden und von anderen Gruppen lösen lassen 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Heterogenität der Gruppe als Moment der Vielfalt wahrnehmen - Was sind unsere Ziele für den Sportunterricht? - Was sind unsere Ziele als Klasse? - Formulieren eines Mottos, eines Rituals etc. für den Sportunterricht. - Fachbegriffe: - Vertrauen, Kooperation - Klassengemeinschaft, Team - Wagnis, Risiko - Konflikt, Konfliktlösung - Emotionen 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - pädagogisch behutsames Begleiten der sich neu zusammensetzenden Gruppe - Diagnose der Lerngruppe für die weitere unterrichtliche Arbeit in Bezug auf Motivation, Rollenzuweisung, Bereitschaft sich zu integrieren, Schüchternheit etc. - Keine punktuelle Leistungsbewertung 	<p>Willkommen am Moltke! Gemeinsam. Mehr erreichen. Europa und Sport: Kooperation als wichtiges europäisches Ideal – Was kann Europa (was können wir) noch vom Sport lernen?</p>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 2.2
Thema des UV: „Wenn das Gehirn joggen geht...“ – Erprobung und Schulung vielfältiger Spiel- und Übungsformen (<i>Life Kinetik</i> und <i>Games for Brains</i>) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit und der koordinativen Fähigkeiten		
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • kleine Spiele und Pausenspiele 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen [6 BWK 2.3] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] MK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
-----------------------------------	-----------------------------------	--	----------------------------	--

<ul style="list-style-type: none"> - Spiele, die - die Reaktion schulen (z.B. Feuer, Wasser, Sturm (erweiterbar), Schwarz-Weiß-Fangen, Der Jäger jagt den Hasen durch den Wald, Klatschspiele, Namenfangen, Wechselpass (mit Turnstab) etc.) - die Konzentration/Gedächtnis schulen (Tic-Tac-Toe extreme, Memory-Staffel, Bingo extreme, Virusball, Mastermind, Menschenmemory, Malen-nach-Zahlen-Staffel) - Kombinierte Koordinationsspiele /-übungen, z.B. - visuelle und koordinative Übungen zur Förderung der kognitiven Fähigkeiten: Käsekästchen, Koordinationsleiter, Fangen – Werfen – Fangen mit verschiedenen Zwischenaufgaben und verschiedenen Ballmaterialien oder Tüchern, giant tabletennis, Parallelball - Spiele zur Kopplungsfähigkeit, Reaktionsfähigkeit, Umstellungsfähigkeit z.B. Fingerspiele (https://www.youtube.com/watch?v=gcl6nwGatr0), gleichzeitig Fangen und Passen, Linienhopsen 	<ul style="list-style-type: none"> - Lernen durch Scheitern; Lernen durch Versuch und Irrtum - Einzelarbeit, aber auch Partnerarbeit - individuelle Selbstdifferenzierung - Stationenlernen - Lerntheke 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Koordinative Fähigkeiten benennen - Wofür brauche ich gut entwickelte koordinative Fähigkeiten im Alltag? - Wie gestalte ich Lernpausen, z.B. beim Vokabellernen? - Fachbegriffe: - Koordination/koordinative Fähigkeiten - „Schokoladen-/Zitronenseite“ → dominantes Auge/Hand/Fuß - Auge-Hand-Koordination 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - Motivation, Anstrengungsbereitschaft, individueller Lernerfolg, Entwicklung von eigenen Ideen/Spielen/Übungen, Frustrationstoleranz - Literatur: - Handout: Life Kinetik – Übungen, Definition und Funktion (erstellt durch K. Schulze) - https://www.schulsport-nrw.de/fileadmin/user_upload/Handbuch_Bewegung_und_Lernen_Unfallkasse_NRW.pdf - https://www.youtube.com/watch?v=B-SiWsKZGCc - Eckenbach, K. (2017). <i>Games for Brains - Spielerische Lernförderung durch Bewegung</i>: Klett. - Lutz, H. (2017). <i>Bewegung macht Gehirn</i>. Meyer&Meyer Verlag. 	
---	--	--	--	--

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
<p>Thema des UV: „Aufwärmen – aber richtig!“ – Erarbeitung der Grundlagen des allgemeinen und speziellen Erwärmens mit dem Ziel ein eigenes Aufwärmprogramm zu entwickeln und mit der eigenen Klasse durchzuführen (auch möglich als integriertes UV in verschiedenen BF/SP bzw. UVs)</p>		
<p>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</p>	<p>Inhaltsfelder: f - Gesundheit</p>	
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • allgemeines und spezielles Aufwärmen 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sprottreibens [f] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen [6 BWK 1.1] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<p>Vermittlung der Grundsätze des Aufwärmens: Verletzungs- und Unfallprophylaxe, psycho-physische Einstimmung, Herz-Kreislauf-Aktivierung</p> <p>Erarbeitung eines eigenen Lauf-ABCs und Durchführung in der Klein-/Großgruppe (Warum wärmen wir uns auf?)</p> <p>Unterschied: allgemeines und spezielles Aufwärmen gegenüberstellen (sportartspezifisches Aufwärmen)</p> <p>die Intensität des Aufwärmens an der eigenen Körperreaktion feststellen und variieren (Indikator: Puls, Atmung, Gesichtsfarbe...)</p> <p>Aufwärmspiele: Feuer, Wasser, Blitz; Schattenlauf; Linienlauf; Zeitungslauf, Laufbiathlon; Haltet den Kasten frei, Bäumchenwechsel-dich, Goldener Hirsch...</p> <p>Ballspiele: Inselball, Pantherball, Fitness-Zombieball, Riesen-Tischtennis, Schuhhockey...</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Rituale und Routinen einführen - Allgemeine Aufwärmprinzipien allein und in der Gruppe anwenden - Lauf-ABC (Videos/Portfolio/Reader) und Einbindung des Sporthefers - Aufwärmen in Partner- und Gruppenarbeit - Aufwärmen im Kreis, angeleitet durch die Lehrkraft oder die Schüler*innen - Erstellung eines individuellen Aufwärmprogramms - Schwerpunkte der Erwärmung in Bezug auf die folgende Belastung setzen, z.B. Kräftigung, Dehnung, Koordination 	<p>Reflektierte Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kann man sich auch falsch aufwärmen? (z.B. zu hohe Intensität, Dauer zu lang oder zu kurz?) - Was passiert mit meinem Körper beim Aufwärmen? - Welche Verletzungen können entstehen, wenn ich mich nicht erwärme? - Welche Kleidung ziehe ich im Sportunterricht an und welche Kleidung ist für welche Sportart besonders geeignet? - Wie verhalte ich mich, wenn ich mich verletze bzw. wenn sich ein*e Mitschüler*in verletzt? - Übungen zum Puls erstasten durchführen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Muskel, Gelenk, Dehnung, Be- und Entlastung - Atmung, Atemfrequenz - Herzfrequenz/Puls; Herz – 	<p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft - Einsatz im Rahmen der Gruppenarbeit - Durchführung eines kleinen Aufwärmprogramms - selbstständige Nutzung der unterschiedlichen Aufwärmprinzipien <p>punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> - allgemeines Aufwärmen allein/mit Partner anleiten 	

Abwechslungsreiches Laufen mit Musik, kooperatives Laufen		Kreislauf – System		
---	--	--------------------	--	--

Jahrgangsstufe: 5		Dauer des UVs: 6 Std.		Nummer des UVs im BF/SB: 1.2	
Thema des UV: „Wie fit bist du?“ – Durchführung des <i>Motorischen Tests für NRW</i> zur punktuellen Messung von Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Koordination					
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen			Inhaltsfelder: d - Leistung		
Inhaltliche Kerne:			Inhaltliche Schwerpunkte:		
<ul style="list-style-type: none"> motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness 			<ul style="list-style-type: none"> Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] Leistungsverständnis im Sport [d] 		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen			Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen		
BWK			SK		
<ul style="list-style-type: none"> eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen [6 BWK 1.2] 			<ul style="list-style-type: none"> die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1] 		

	<ul style="list-style-type: none"> • psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]
--	--

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Durchführung des <i>Motorischen Tests für NRW</i> <p>Material und Information: https://www.land.nrw/sites/default/files/asset/document/broschure_motorischer_test_3_uberarbeitete_aufgabe_web.pdf</p> <ul style="list-style-type: none"> - Testinstruktion und Testdurchläufe vor eigentlicher Testdurchführung <p>Inhalte des Tests:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 20 m Sprint - Standweitsprung - Liegestütz - Seitliches Hin- und Herspringen - Balancieren rückwärts - Rumpfbeuge - 6-Minuten-Lauf 	<ul style="list-style-type: none"> - Einbindung der klasseneigenen Tutoren in die Testdurchführung - Stationenlernen in Kleingruppenarbeit (Sicherheitschecks durch die SuS und die Lehrkraft) - Übernahme von Messaufgaben und Protokollieren von Daten/Ergebnissen durch die Schüler*innen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leistungsverständnis im Sport (absolute vs. individuelle Leistungssteigerung; sportmotorische Leistung = sportliche Leistung?) - Faktoren der Leistungsfähigkeit (Kraft, Beweglichkeit, Schnelligkeit, Ausdauer // Koordinative Fähigkeiten // psychische Fähigkeiten (mentale Fitness)) à 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft - Motorische Belastungsfähigkeit in den Hauptbeanspruchungsformen und deren Entwicklung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Messung des aktuellen Leistungsstandes (Test1) - Messung des Leistungsstandes nach der 	<p>Wie fit sind andere Kinder in Europa? – Durchführung eines Motoriktests aus einem anderen europäischen Land (gleiche Altersstufe, pädagogisch legitimiert)</p>

		physische, psychische und soziale Faktoren	„Fitnessreihe“ in Klasse 6 (Test2)	
--	--	--	------------------------------------	--

Jahgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 16 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 3.1
Thema des UV: „Sich zusammen anstrengen und Spaß haben“ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und leichtathletische Disziplinen auf grundlegendem Niveau ausführen		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d - Leistung
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • grundlegendes leichtathletisches Bewegen • leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) 		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a]

	<ul style="list-style-type: none"> Leistungsverständnis im Sport [d]
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> grundlegendes leichtathletisches Bewegungen (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] 	<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] psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] <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] einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
allgemeines und spezifisches Erwärmen alleine, mit Partner und in der Gruppe (Schattenlauf, Vormachen – Nachmachen, Übernahme des Aufwärmens durch SuS)	<ul style="list-style-type: none"> Kennenlernen der Übungsstätte am Sprödenttalplatz (BSA) Sichere Nutzung der Anlage natürliches Bewegungsbedürfnis der 	<ul style="list-style-type: none"> Reflektierte Praxis: Bewegungsreihen und Videos auf grundlegendem Niveau beschreiben 	<ul style="list-style-type: none"> unterrichtsbegleitend: Anstrengungsbereitschaft, Motivation 	

<p>Reaktionsschulung durch vielfältige Reaktionsspiele</p> <p>spielerischer Zugang zur Leichtathletik durch vielfältige Lauf-, Wurf- und Sprungerfahrungen (Lauf-, Wurf- und Sprung-ABC)</p> <p>Motorische Grundfähigkeiten den einzelnen Disziplinen zuordnen</p> <p><i>Werfen:</i> Erproben und Experimentieren mit verschiedenen Wurfgeräten; Übergang zum Schlagballwurf</p> <p><i>Springen:</i> Sprünge mit und ohne Anlauf; Sprünge mit erhöhtem Absprung; Übergang zum Schrittsprung</p> <p><i>Sprinten:</i> spielerischer Einstieg mit Lauf-, Fang- und Reaktionsspielen. Starten aus verschiedenen Positionen. Übergang zum 50m Sprint</p> <p>grundlegende Bewegungsmerkmale leichtathletischer Bewegungen erkennen</p>	<p>Kinder als Ausgangspunkt für das Erlernen leichtathletischer Bewegungen nutzen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schüler*innen als Experten nutzen - Lehrer*innen-Demonstration der Bewegungen - Lernvideos der unterschiedlichen Disziplinen zeigen - eigenes Lerntagebuch führen (individuelle Verbesserung dokumentieren) - Smartphones oder Tablets als Feedbackinstrument nutzen - Startklappe, Stoppuhren, Maßband zur Messung nutzen 	<ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren (entdeckendes Lernen) - Leichtathletisches Portfolio führen - Gegensatzerfahrungen machen und kontrastiv erläutern <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lauf-, Sprung-, Wurf-ABC - Schwung- / Sprungbein - Wurfarm 	<ul style="list-style-type: none"> - individuelle Entwicklung - Übernahme von Verantwortung für den Lernprozess des Partners / der Partnerin <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lerntagebuch/Portfolio - Demonstration (Ausführungsqualität) - Bewertungsraster Moltke 	
--	---	--	--	--

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 1.3
<p>Thema des UV: „Ganz schön aus der Puste?!“ – Den individuellen Leistungszuwachs in vielfältigen spielerischen Belastungssituationen beobachten sowie dokumentieren und dabei die körperlichen Reaktionen kennenlernen und beschreiben</p>		

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Inhaltsfelder: d - Leistung f - Gesundheit
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> aerobe Ausdauerfähigkeit 	Inhaltliche Schwerpunkte: <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 aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15', beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15', Aerobic 15', Radfahren 30) erbringen [6 BWK 1.4] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] 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 Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten

<ul style="list-style-type: none"> - Laufspiele, zur Verbesserung der aeroben Ausdauerleistungsfähigkeit: z.B. Biathlon, Postbotenlauf, Memorylauf, Puzzlelauf, Jengarennen - Laufpyramiden mit dem Partner erlaufen - Runden-, Streckenläufe - Zeit(schätz)läufe - 800 m (w) / 1000 m (m) 	<ul style="list-style-type: none"> - Individualisierung des Unterrichts: auf der Suche nach sinnvollen eigenen Zielen - Beobachtungsbogen zu körperlichen Merkmalen beim ausdauernden Laufen - Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) - Führen eines Portfolios/Lerntagebuch (Vernetzung mit UV 5) - Stoppuhren/Smartphones zur Zeitmessung nutzen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - individuelle aerobe Belastungen wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen - Anpassung der Laufgeschwindigkeit an die individuelle Leistungsfähigkeit - Merkmale körperlicher Reaktionen bei ausdauerndem Laufen benennen, Pulsmessung - Dokumentation von erbrachten Leistungen zur Sichtbarmachung von Leistungszuwachs - Einführung der BORG-Skala <p>Fachbegriffe: Herzfrequenz, Puls, aerob, Sauerstoff, subjektives Belastungsempfinden, BORG-Skala</p>	<p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft - Durchhaltevermögen - Bewertungsraster Moltke <p>punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> - eine MZA (mindestens 15 Minuten) erbringen <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Laufen ohne Unterbrechung 	<p>Leichtathletik-EM: Gemeinsam zum Rekord im 10 km Lauf (inklusive Sichtung von medialen Ausschnitten)</p>
---	---	---	---	--

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
Thema des UV: „Der Ball ist mein Freund“ – Sportspielübergreifende Basiskompetenzen aus der Heidelberger Ballschule in vielfältigen Spiel- und Übungsformen unter Berücksichtigung der individuellen Bewegungsqualität erproben und vertiefen		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> weitere Sportspiele und Sportspielvarianten 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] Struktur und Funktion von Bewegungen [a] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden [6 BWK 7.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <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] MK <ul style="list-style-type: none"> selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] UK <ul style="list-style-type: none"> einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<p>Heidelberger Ballschule mit vielfältigen und sportartübergreifenden Wurf-, Schlag-, Schussspielen bzw. -übungen, z.B.</p> <p>Spielformen, die die motorischen Basiskompetenzen Fangen, Stoppen, Dribbeln, Prellen, Werfen, Kicken, Schlagen optimieren</p> <p>Spielformen, die die taktische Basiskompetenzen (z.B. Anbieten und Orientieren, Lücke erkennen, Abschlussmöglichkeit nutzen) entwickeln, z.B.: 10er Ball (mit Werfen/Schießen, mit unterschiedlichem Ballmaterial); Chinesische Mauer mit Bällen, Bälle ins andere Land, Ball über die Schnur, Kasenball, Mattenball</p> <p>Spielformen, die die koordinativen Basiskompetenzen optimieren: Ballparcours (auch unter Zeit-, Präzisions-, Komplexitäts- und Belastungsdruck), „freies“ Spiel, Spielformen</p> <p>Spielformen, die die technischen Basiskompetenzen optimieren: Übungen zum Ballbesitz und -abgabe kontrollieren, Flugbahn des Balles erkennen, Positionen und Bewegungen der Mit- und</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Spielen mit unterschiedlichen Bällen → alle 10 Minuten mit einem anderen Ball spielen - vielfältige Übungs- und Spielformen - Bewegungsaufgaben mit individuellen Lösungen - Stationslernen - Halle als „Balllandschaft“ inszenieren 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Lauf- und Passwege visualisieren</p> <p>Wie mache ich mich anspielbar? Wie prelle ich einen Ball? Wie halte ich mich an das Regelwerk? Wie passe und fange ich korrekt?</p> <p>Welche Eigenschaft hat welcher Bal</p> <p>Fachbegriffe:</p> <p>Wurfhand, Regelwerk, Anbieten, Freilaufen, Überzahl-/Unterzahlspiel</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - motorische Leistung, Einsatzbereitschaft, individuelle Verbesserung, Sozialverhalten, Einhalten von Regeln und Vereinbarungen (in Anlehnung an das MEISTER-Modell) - punktuell: - taktische, koordinative und technische Fähigkeiten in Spielformen demonstrieren und anwenden - Literatur (auch direkt umsetzbare Spiel- und Übungsformen): - http://www.sportpaedagogik-online.de/ballschule1.html - https://fis.dshs-koeln.de/portal/files/713103/Memento_2011_Vermittlung_Spiel-faehigkeit.pdf - http://fssport.de/texte/heihau.pdf - https://www.sportfachbuch.de/pdfs/0015.pdf 	<p>Kleine Spiele in Europa / unbekannte Europäische Spiele</p> <p>z.B. Boßeln (Deutschland, Italien, Irland, Schweiz), Bügelspiel (Niederlande) Cubbies (England), Pelota/Jai Alai (Baskenland), Longaméta (Ungarn), Oina (Rumänien), Tamburello (Italien) [Verknüpfung mit UV in Klasse 7]</p>

Gegenspieler erkennen, Laufweg zum Ball bestimmen			- https://www.sportfachbuch.de/pdfs/8872.pdf	
---	--	--	---	--

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 14 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 5.1
Thema des UV: „Die Welt steht Kopf!“ – Von der Einführung in das normgebundene Turnen hin zur Erarbeitung einer Übungsverbindung turnerischer Bodenturnelemente		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c - Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none">normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none">Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]Handlungssteuerung [c]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none">eine Bewegungsverbinding aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren [6 BWK 5.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <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]	

<ul style="list-style-type: none"> • grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [6 BWK 5.3] 	<ul style="list-style-type: none"> • Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1] <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]
--	--

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Körperkontakt spielerisch anbahnen, Kommunikationsfähigkeit entwickeln - Körperspannung und Haltung entwickeln und bewusst wahrnehmen - Hilfestellungen: Oberarmklammergriff, Oberschenkelklammergriff, Schubhilfe am Beckenkamm, Drehgriff - Hilfe- vs. Sicherheitsstellung - Turnelemente: Strecksprung, ½ Drehung, 1/1 Drehung, Spagat, Hocke, Grätsche, Landung, Rolle vorwärts/rückwärts, Handstand, Rad → 	<ul style="list-style-type: none"> - Stationenlernen zur Körperspannung - Einführung formgebundener Turnelemente mithilfe methodischer Übungsreihen, Visualisierungen, akustischer Signale - mediengestütztes Feedback (Smartphone) - Varianten von Grundelementen - Zuhilfenahme von Geländehilfen z.B. eines Balls bei der Rolle vorwärts, Schaffung einer schiefen Ebene (z.B. Reuterbrett unter einer 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Wagnissituationen verbalisieren, Ängste thematisieren und nicht banalisieren - Lerntagebuch führen - Visualisierung von Bewegungsabläufen durch Strichmännchen - Kann ich mich auf dich verlassen? Hilfestellungen bewusst und 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend - Auf- und Abbau, Aufwärmen, Hilfestellung, Einhaltung der Sicherheitsaspekte, motorische Leistung, Verhalten in Wagnis- und Risikosituationen (Sicherheit geht vor!) - Punktuell - Körperspannung, Gleichgewicht - Kreativität z.B. bei der Erstellung einer Bewegungsverbindung - qualitative Ausführung der Elemente - Verbesserung der koordinativen 	

<p>Bewegungsverbindung erstellen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Variation der Bewegungsverbindung - Variation der Elemente (Differenzierung) - Synchronturnen 	<p>kleinen Turnmatte) zur Erleichterung der Rolle vw</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erstellung kurzer Bewegungsabfolgen, die den SuS eine Wahlmöglichkeit geben und die ihrem individuellen Leistungs- & Übungsstand angemessen sind & dennoch eine Leistungssteigerung ermöglichen - differenziertes Üben und Variieren von Elementen 	<p>sicher einfordern bzw. geben.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kriterien für eine gelungene Bewegungsverbindung erarbeiten und als Feedbackinstrument nutzen - Fachbegriffe: - Körperspannung, Hilfestellung, Sicherheitsstellung, Namen der Turnelemente 	<p>Fähigkeiten/der Bewegungsausführung (individueller Fortschritt)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation einer Bodenkür einzeln - Zusatz: Präsentation einer Partnerbodenkür 	
--	--	--	--	--

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 6.1
<p>Thema des UV: „...5, 6, 7, 8“ – Erarbeitung und Präsentation einer einfachen tänzerischen Bewegungsgestaltung in der Gruppe unter Berücksichtigung aktueller Musik- und Tanzrends aus Europa</p>		
<p>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste</p>		<p>Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung</p>
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Bewegungsgestaltung [b] • Variation von Bewegung [b] • Wählen Sie ein Element aus. 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</p>	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</p>	

<ul style="list-style-type: none"> eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren [6 BWK 6.2] 	<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] einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1]
---	---

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> Rhythmusschulung (mit Klatschen und anderen Bewegungsaufgaben) Erlernen der Bewegungsgrundformen (Gehen, Laufen, Marschieren, Hüpfen, Springen, Federn, Galopp, Seitgalopp, Schwingen) Aufstellungsformen: Reihe, Linie, Kreis, Pulk, Dreieck, Raute Anfangs- und Endposen erarbeiten 	<ul style="list-style-type: none"> Gruppenpuzzle Lerntheke Youtube-videos https://dance360-school.ch/de/ Stationenlernen SuS als Experten SuS wählen ihre eigene Musik aus 	<ul style="list-style-type: none"> Reflektierte Praxis: Gestaltungsmerkmale (Raum, Zeit, Dynamik, Form) in der Theorie beschreiben und in der Praxis variieren 	<ul style="list-style-type: none"> unterrichtsbegleitend: Motivation und Anstrengungsbereitschaft Rhythmisierungsfähigkeit und Kopplungsfähigkeit punktuell: Kurze Einzel-, Partner- und/oder Gruppenpräsentation zur Musik (Choreografien) 	Volkstänze, Tanzstile und Musikrichtungen aus Europa und der ganzen Welt

<ul style="list-style-type: none"> - Üben und Festigen einzelner Schritte zur Musik aus dem Online-Portfolio von https://dance360-school.ch/de/ - Aneinanderreihen der einzelnen Schritte durch kreative Übergänge - differenziertes Üben auch unter Medieneinsatz 		<ul style="list-style-type: none"> - Fachbegriffe: - Bewegungsgrundformen - Rhythmus - Raum - Synchronizität - Takt, Zählzeit - Körperspannung 	<ul style="list-style-type: none"> - Technische Ausführung - Dynamik - Raumnutzung - Synchronizität - Schritte im Takt? 	
--	--	--	--	--

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 9.1
Thema des UV: „STOPPI!“ – Kampfsituationen mit- bzw. gegeneinander und um Raum bzw. Gegenstände für mich und andere fair und kooperativ abwägen und verantworten		
BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport		Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung e - Kooperation und Konkurrenz
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"> • Handlungssteuerung [c] • Interaktion im Sport [e] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]

<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen [6 BWK 9.1] • in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen [6 BWK 9.2] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1] • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1] • in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] <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]
--	--

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Sicherheitshinweise (Schmuck ausziehen, Haare zusammenbinden, enganliegende Sportkleidung...) - Regeln während des Kampfes z.B. Stoppregel als goldene Regel - Spielformen zu Körperkontakt, Kooperation, Vertrauen (gordischer Knoten, 	<ul style="list-style-type: none"> - Regelplakat mit der Gruppe erarbeiten - Dreiergruppen: Arbeit in Zweiergruppen mit 3. Person als Beobachter und Schiedsrichter (Verantwortung für Kämpfer und Sicherheit im Raum) - Schiedsrichter: verbale und non-verbale Unterstützung geben 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Fairness, Rücksichtnahme - Wann macht Kämpfen Spaß? Warum macht Kämpfen Spaß? - Kämpfer sind ein Team. Was heißt das? 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend - Beobachtungskriterien: - Regeleinhaltung, Fairness - Einsatz erarbeiteter Techniken und Strategien - Nutzung der erarbeiteten Prinzipien: Druck - Gegendruck, 	

<p>Blindenführer, Toter Mann, Henne und Habicht)</p> <ul style="list-style-type: none"> - erste Zieh- und Schiebekämpfe am Boden (Rücken an Rücken, aus Knie-stand, aus Bankposition, am Boden halten) und/oder im Stand (über eine Linie ziehen/schieben, von der Matte schieben/ziehen) - um Gegenstände wie z.B. Ball kämpfen - Gruppenspielformen: Mattenkönig, Gruppenziehkampf - Umdrehen aus Bankposition in Rückenlage in induktiver Erarbeitung - Schildkrötenumdrehen 	<ul style="list-style-type: none"> - Gruppenarbeit: Anzahl der beteiligten SuS muss den Gegebenheiten der Sportanlagen Mat-tengrößen etc. angepasst werden - Binnendifferenzierung (Partnerwahl, Übungswahl) - Durch kooperatives Verhalten beider Partner beim Erlernen der Techniken dem anderen zum Erfolg verhelfen => Fairness, Rücksicht-nahme, Verantwortung 	<ul style="list-style-type: none"> - Fachbegriffe - Abschlagen, Gleichgewicht, Stützen, Körperschwerpunkt, Rotation, Druck-Ge-gendruck, Verant-wortung 	<p>Rotation, Stützen wegnehmen, KSP</p> <ul style="list-style-type: none"> - punktuell - Beobachtungskrite-rien: - Kleine Partner- bzw. Gruppenkämpfe in Turnierform - Schiedsrichtertätig-keit - Einhaltung der Rah-menbedingungen 	
--	---	---	---	--

Klasse 6

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 6

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ Erholung pur “ – Erprobung verschiedener Entspannungsmethoden (als integriertes UV (z.B. Phantasiereise am Stundenende) möglich)	1.4	-
UV 2	„ Splash! “ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Grundlage für sicheres Schwimmen im Tiefwasser nutzen	4.1	2

UV 3	„Vom Frosch zur Schwunggrätsche“ – Erlernen des leitbildgerechten Brustschwimmens inklusive des Startsprungs und der Brust-auf-Brust-Wende	4.2	8
UV 4	„Fit und leistungsstark auch im Wasser!“ – In einer selbstgewählten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung der Reaktionen des eigenen Körpers ausdauernd (15 Minuten) schwimmen können	1.5	6
UV 5	„Im Gerätedschungel“ – Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Abenteuerstationen und -parcours nutzen	5.2	12
UV 6	„Let’s dance“ – Eine Mini-Choreografie mit einem selbstgewählten Handgerät zum Rhythmus der Musik gestalten und aufführen	6.2	12
UV 7	„They see me rollin‘...“ – Einen selbsterstellten niveaudifferenzierten Skate/Bike/Board-Parcours sicherheitsbewusst bewältigen	8.1	10
UV 8	„54, 74, 90, 2014, 20...“ – Jetzt werden wir gemeinsam Moltke-Meister (Durchführung des DFB – Fußballabzeichens)	7.2	12
UV 9	„Welche (Pausen-) Spiele machen am meisten Spaß?“ – Verschiedene Spiele und Spielideen kennenlernen, kriterienorientiert variieren und deren Regeln dokumentieren	2.3	10
UV 10	„Schneller, höher, weiter!“ – Wir verbessern unsere Leistung im Laufen, Springen und Werfen, bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch	3.2	14
UV 11	„Erste Schritte im Basketball“ – Einfache Spielsituationen im 3:3 durch technisch-taktisch angemessenes und regelgerechtes Verhalten bewältigen	7.3	14
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit: 120 UE Stunden für die Unterrichtsvorhaben: 100 UE Freiraum: 20 UE			

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 4 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 1.4
Thema des UV: „Erholung pur“ – Erprobung verschiedener Entspannungsmethoden (als isoliertes UV oder integriertes UV (z.B. Phantasiereise am Stundenende) möglich)		

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Inhaltsfelder: f - Gesundheit
Inhaltliche Kerne:	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
-----------------------------------	-----------------------------------	--	----------------------------	--

<ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Durchführen verschiedener Entspannungsmethoden (z.B. Phantasiereise, Reise zum „sicheren Ort“, progressive Muskelentspannung) - Yoga, Qi Gong, Tai Chi - Funktionsgymnastik und Dehnmethoden 	<ul style="list-style-type: none"> - Lehrgelenkte Phasen - Vorlesen von (selbstgeschriebenen) Entspannungstexten durch Schülerinnen und Schüler - Anleitung von Entspannungsverfahren in der Kleingruppe - Partnerarbeit: Tennisballmassage - Einsatz von Entspannungsmusik 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis - Anspannung vs. Entspannung - Stressoren im Alltag - Eustress und Distress - Übertragen der erlernten Entspannungsmethode auf den Alltag: Wie entspanne ich zu Hause/im Klassenraum/zwischen-durch? 	<ul style="list-style-type: none"> - punktuell - evtl. Übernahme von Anleitung durch die SuS; Kurzreferate 	
---	--	---	---	--

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 2 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 4.1
Thema des UV: „Splash!“ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Grundlage für sicheres Schwimmen im Tiefwasser nutzen		
BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c - Wagnis und Verantwortung
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Handlungssteuerung [c] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <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] • in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen [6 BWK 4.4] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] • Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1] • 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] UK <ul style="list-style-type: none"> • 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:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Spiele aus der Turnhalle in das Schwimmbecken „übertragen“, z.B. Wer hat Angst vorm weißen Hai?, Feuer, Wasser, Sturm, Hase und Jäger - Tauchspiele: Zahlen raten mit geöffneten Augen, Unterwasser-Rufe verstehen - umsichtiges Abwägen von Sprungerfahrungen (1er, 3er, 5er, 7,5er) - Tieftauchen (Druckausgleich!), Weittauchen - einfache und kurze Bewegungsgestaltungen im Wasser erarbeiten (inklusive Rotationen um alle Achsen) 	<ul style="list-style-type: none"> - Ängstliche SuS besonders behutsam fördern und bei Überforderung u.U. kurz aus den Spielen nehmen - Schwimmbrille unbedingt empfehlen! 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Beschreibung der Körperempfindungen bei Bewegungen im und unter Wasser und besonders bei Rotationen um die verschiedenen Körperachsen. - Gefahren des Schwimmbads beschreiben und sicherheitsbewusstes Verhalten benennen - Fachbegriffe: - Auftrieb, Vortrieb - Rotation - Druckausgleich 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbeleitend: - Diagnose für die kommende Unterrichtssequenz (UV 3) 	

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 4.2
Thema des UV: „Vom Frosch zur Schwunggrätsche“ – Erlernen des leitbildgerechten Brustschwimmens inklusive des Startsprungs und der Brust-auf-Brust-Wende		
BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen Wählen Sie ein Element aus.
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • Schwimmmarten einschließlich Start und Wende 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2] • eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen [6 BWK 4.3] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] • psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] MK <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] • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1] UK	

- einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Euro-paaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Voraussetzung: Bewegungsvorstellung der Gesamtbewegung zu Beginn schaffen - Gleitübungen mit Kopf unter Wasser und Ganzkörperstreckung - Zergliederungsmethode: Erarbeitung der Schwunggrätsche, dann des Armzugmusters → Zusammensetzen der Teilbewegungen zur Zielbewegung - Atmung integrieren = Gesamtbewegung - Brust auf Brust – Wende: Übungen im Stehen am Geländer, Übungen am Beckenrand (Abstoßen, Gleiten, dann mit Anschwimmen); bei Schwierigkeiten: Rotation um die Tiefen-, dann Breitenachse thematisieren und erfahren lassen - Startsprung: aus dem Sitz, aus der Hocke, aus dem Stand, auf Kommando 	<ul style="list-style-type: none"> - Brustschwimmen: die Gesamtbewegung in der Einzelstunde „im Trockenen“ zu üben (evtl. auf einem Langkasten) - Gleitphase überkorrigieren - Mit Bewegungsbildern arbeiten: Pinguinfüße, Ballerinafüße, Fersen küssen sich, zum Po - und – Schwung - Gegensatzerfahrungen machen lassen - Bewegungen am Beckenrand <p>Wende:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsvorstellung der Gesamtbewegung schaffen - Mit Zurufen arbeiten: Zieh', Schöpf', Klatsch, Stoß' <p>Startsprung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kinn mit „Sekundenkleber“ auf die Brust kleben <ul style="list-style-type: none"> - Rettungsschwimmen: 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Sicherheitsrelevantes Verhalten im Schwimmbad - Körperhygiene thematisieren - Bewegungen anhand von einlamierten Bildreihen zergliedern - einlamierte Checklisten zum Schülerfeedback nutzen (Leitbild) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gleiten, Körperstreckung, Arm-Rumpfwinkel gestreckt - Actio – Reactio - Wasser „greifen“ - Undulation - Rotation, Körperachsen 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - individueller Leistungsfortschritt, Motivation, Anstrengungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technikdemonstration Brustschwimmen - Ausführungsqualität der Brust-auf-Brust-Wende - Ausführungsqualität des Startsprungs 	

<ul style="list-style-type: none"> - ausdauerndes Schwimmen: 15 min - einfaches Rettungsschwimmen: Abschleppen mit Boje/Pull-Buoy 	<ul style="list-style-type: none"> - nur SuS, die genügend Auftrieb generieren können, sollten abgeschleppt werden 			
---	---	--	--	--

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 6 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 1.5
Thema des UV: „Fit und leistungsstark auch im Wasser!“ – In einer selbstgewählten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung der Reaktionen des eigenen Körpers ausdauernd (15 Minuten) schwimmen können		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Inhaltsfelder: d - Leistung f - Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • aerobe Ausdauerfähigkeit 	Inhaltliche Schwerpunkte: <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 aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15', beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. 	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] 	

<p>Laufen 15', Aerobic 15', Radfahren 30) erbringen [6 BWK 1.4]</p>	<ul style="list-style-type: none"> • psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]
---	---

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Ankündigung des Ausdauertests: Beginn des Schuljahres - Sammeln erster Erfahrung im Schwimmtraining (als Hausaufgabe): Prinzip der Dauerhaftigkeit, Prinzip der Wiederholung - Vernetzung mit UV 6 aus Klasse 5 	<ul style="list-style-type: none"> - Rechtsverkehr, Überholen erlaubt, passive SuS geben das Startsignal und messen die Zeit 	<p>Reflektierte Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beschreibung von Körperreaktionen während und nach der Belastung - Messung des subjektiven Belastungsempfinden anhand der BORG-Skala 	<p>Punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausdauerleistung: 15 Min., mind. 200 m, Lage egal 	

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 14 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 5.2
Thema des UV: „Im Gerätedschungel“ – Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Abenteuerstationen und -parcours nutzen		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c - Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> normungebundenes Turnen an Geräten und Geräte-kombinationen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] Handlungssteuerung [c] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] 	

<ul style="list-style-type: none"> • vielfältiges turnerisches Bewegungen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Barren, Kasten u.a.) demonstrieren [6 BWK 5.1] • grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [6 BWK 5.3] 	<ul style="list-style-type: none"> • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] • grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1] <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] • selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Sicherheitshinweise für den Aufbau der einzelnen Turngeräte sowie zur Kleidung, Schmuck, Haar zusammenbinden, Schuhe aus/an - Vertiefung des Helfens und Sicherns auch an Großgeräten (Oberarmklammergriff, Schubhilfe, Drehgriff) - Erarbeitung vielfältiger Gerätekombinationen auch in Anlehnung an Le Parkour – Techniken 	<ul style="list-style-type: none"> - Bewältigung der Bewegungsparcours nur mithilfe der Hilfe-/Sicherheitsstellungen - Stationenlernen und Zirkeltraining an den Stationen und in der Gruppe (Lernen im geschützten Rahmen) - Verbinden von einzelnen Stationen zu einem Parcours - Bei Schwierigkeiten: SuS-Demonstrationen oder Lehrer*innen- 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Gefahren verbalisieren und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen - Was kann mir persönlich Sicherheit geben? - Fachbegriffe: 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - Verantwortungsbewusstsein, Teamfähigkeit, Absprachefähigkeit - individueller Fortschritt - punktuell: - Demonstration Helfen und Sichern 	

<ul style="list-style-type: none"> - Hindernisse (z.B. Kästen, Barren) überwinden, Hangeln an Barren oder der Sprossenwand, Schaukeln/Schwingen an den Ringen, Balancieren auf umgedrehter Langbank/Balken, Stützerfahrten am Barren - Gewöhnung an das Reutherbrett und/oder das Minitrampolin inklusive sicherer Landung 	<p>Demonstration und individuelle Unterstützung anhand binnendifferenzierender Maßnahmen (z.B. Kastenhöhe reduzieren, Körperspannungs- oder Kraftübungen vorschalten)</p>	<p>- s.o.</p>	<p>- Demonstration der Bewältigung des Geräteparcours</p>	
--	---	---------------	---	--

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 14 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 6.2
<p>Thema des UV: „Let’s dance“ – Eine Mini-Choreografie mit einem selbstgewählten Handgerät zum Rhythmus der Musik gestalten und aufführen</p>		
<p>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste</p>		<p>Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung</p>
<p>Inhaltliche Kerne:</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"> • Präsentation von Bewegungsgestaltung [b] • Variation von Bewegung [b] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</p>	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</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] • eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren [6 BWK 6.2] 	<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] • einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1]
---	---

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Rhythmusschulung, Erarbeitung eigener Rhythmen - musikgestütztes Warm-up - Einführung in den Umgang mit Handgeräten - Erarbeitung von Mini-Choreografien - Material: Seil, Ball, Kegel, Band, Reifen 	<ul style="list-style-type: none"> - SuS als Experten einsetzen - verschiedene Rollen innerhalb der Gruppe etablieren (z.B. Anzähler, Creative Director, Aufschreiber, Zeitwächter, Musikbeauftragter...) - entdeckendes Lernen - Stationenarbeit - Video-Feedback 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Vergleiche Bewegungsgestaltungen mit Handgerät mit Bewegungsgestaltungen ohne Handgerät. - Fachbegriffe: - Raumnutzung - Dynamik 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - Kooperationsfähigkeit, Kreativität, Motivation - punktuell: - Präsentation der Choreografie - Kriterien: 	-

		<ul style="list-style-type: none"> - Form - Takt, Zählzeit - Choreografie - Nach- und Umgestaltung 	<ul style="list-style-type: none"> - Synchronie - Bewegungsqualität - Kreativität - Schweregrad der Bewegungen - Körperspannung - Dynamik 	
--	--	--	---	--

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 12 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 8.1
Thema des UV: „They see me rollin‘...“ – Einen selbsterstellten niveaudifferenzierten Skate/Bike/Board-Parcours sicherheitsbewusst bewältigen		
BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/Wintersport		Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung f - Gesundheit

<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Handlungssteuerung [c] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <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] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1] • grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1] • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
-----------------------------------	-----------------------------------	--	----------------------------	--

<ul style="list-style-type: none"> - SuS bringen eigene Rollmaterialien von zu Hause mit, z.B. Fahrrad, Inline-Skates, Einrad, Skateboard, Rollschuhe, Waveboards - Erprobung unterschiedlicher Rollgeräte und Eigenschaften auf dem Schulhof - Erarbeitung und Gestaltung von vielfältigen Parcours - Fahren, Gleiten, Rollen, Bremsen, in Engstellen fahren, sicheres Fallen, Verkehrsregeln bzw. Verhalten im Straßenverkehr 	<ul style="list-style-type: none"> - Stationenlernen - SuS als Experten - Parcours sicherheitsbewusst aufbauen und mit dem Rollgerät bewältigen 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Was ist ein Wagnis/Risiko? - Fachbegriffe: - Gleiten - Fahren - rollen 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbeleitend: - Kooperationsfähigkeit, Kreativität, Motivation - punktuell: - Abnahme des selbst entwickelten Parcours (sicherheitsbewusst) 	
---	--	--	--	--

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 16 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 7.2
--------------------------	-------------------------------	-------------------------------------

Thema des UV: „54, 74, 90, 2014, 20...“ – Jetzt werden wir **gemeinsam** Moltke-Meister (Durchführung des DFB – Fußballabzeichens)

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltsfelder:
e - Kooperation und Konkurrenz
a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltliche Kerne:

- Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]
- Interaktion im Sport [e]
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen

BWK

- 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 Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [6 BWK 7.3]

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

SK

- Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]
- sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2]
- wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]

MK

- mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1]
- verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]

UK

- sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Inhalte des DFB-Fußball-Abzeichens: - Dribbeln - Passen (lang/kurz) - Elfmeter - Kopfball - Flanken - Entwicklung der Spielfähigkeit im Fußball durch - Spielen durch Spielen lernen (spielgemäßes Konzept) - vielfältige immer komplexer werdende Spielformen - je nach (pädagogischer) Zielsetzung heterogene/homogene Mannschaften - Spiele in der Halle oder draußen in kleinen Mannschaften (im 3:3, 4:4, 5:5) - Spiele mit vielen und flachen (evtl. sich bewegenden) Toren - Überzahlspiele initiieren - Regeln verändern, so dass das Fußballspielen allen Spaß macht - Sicherheits-Anspielzonen 	<ul style="list-style-type: none"> - Technik-Taktik-Modell: Erst das DFB-Fußball-Abzeichen in kooperativer Kleingruppenarbeit durchführen lassen, dann „Spielen durch Spielen“ (spielgemäßes Konzept) lernen - Kleingruppenarbeit → SuS als Experten einsetzen - Stationsarbeit (in Anlehnung an das DFB-Fußballabzeichen) - Mannschaftszusammensetzung je nach Ziel homogen (Konkurrenz) oder heterogen (Kooperation) - spielstarken SuS die Rolle des Coaches/Playmakers ermöglichen - Spielbeobachtungen ermöglichen - weniger fußballaffinen SuS die Möglichkeit „die Hauptstraße“ (Spielreihe) zu verlassen und eine „Nebenstraße“ (Übungsform) zu gehen, ermöglichen → Hierzu auch SuS als Experten einsetzen 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Bezug zum UV 7 Klasse 5: Inwiefern hat dir UV 7 bei diesem UV geholfen? - Notwendigkeit von Regeln erläutern - Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes Miteinander benennen - Sportliche Fairness – Was ist das? - Fachbegriffe: - Innenseitstoß - Pass - Flanke - Elfmeter - Freilaufen/Anbieten - Mann-Mann-Deckung 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - Spielbeobachtung - Verhalten innerhalb der Mannschaft - punktuell: - Abnahme des DFB – Fußball-Abzeichens - Spielbeobachtung 	<p>Fußball-EM (auch jahrgangsübergreifend)</p> <p>Fußball als deutscher (europäischer?) Nationalsport</p> <p>Die Geschichte/Entstehung der Mannschaftssportart Fußball (England)</p>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 2.3
Thema des UV: „Welche (Pausen-) Spiele machen am meisten Spaß?“ – Verschiedene Spiele und Spielideen kennenlernen, kriterienorientiert variieren und deren Regeln dokumentieren		
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • kleine Spiele und Pausenspiele 	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"> • Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten [6 BWK 2.2] • unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen [6 BWK 2.4] 	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] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Anleitung verschiedener kleiner Spiele/Pausenspiele durch die Schülerinnen und Schüler, z.B. Chinesische Mauer, Kettenfangen, goldener Hirsch, Völkerball, Hütchenball, Dodgeball, Kontakto, Räuber und Gendarme, Hase und Jäger, weitere Fangspiele - Erprobung verschiedener Pausenspiele (Vorerfahrungen aus der Grundschule nutzen!) - Spiele an die Lerngruppe anpassen (Spielidee, Raum, Personen, Materialien, Gelände) - neue, eigene kleine Spiele erfinden und erproben 	<ul style="list-style-type: none"> - Präsentation - Übernahme kleiner Unterrichtssequenzen - SuS als Experten einsetzen - Spielsteckbrief 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Wann gelingt das Spiel? Wann nicht? - Welche Kriterien machen ein Spiel spannend? - Fachbegriffe: - Spielidee - Ziel des Spiels 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - „Spielpräsentation“, Fairness, Motivation, Kooperationsbereitschaft - punktuell: - Spielsteckbrief 	

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 18 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 3.2
<p>Thema des UV: „Schneller, höher, weiter!“ – Wir verbessern unsere Leistung im Laufen, Springen und Werfen, bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch</p>		
<p>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</p>		<p>Inhaltsfelder: d - Leistung e - Kooperation und Konkurrenz</p>
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] Leistungsverständnis im Sport [d] Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen [6 BWK 3.2] einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen [6 BWK 3.3] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <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] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1] Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1] <p>UK</p>	

- ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Euro-paaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Vorbereitung des Deutschen Sportabzeichens - Von der spielerischen Leichtathletik zu leichtathletischen Disziplinen - Einführung und Intensivierung der Kenntnisse und Fertigkeiten im Weitsprung, Schlagballwurf und 50m-Sprint (Hoch- oder Tiefstart nach Wahl) - Einführung in die (grundlegende) Bewegungsbeschreibung - Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfs - Einführung in den Staffellauf 	<ul style="list-style-type: none"> - Lehrerdemonstration und -erklärung - Video-Tutorials - Bewegungsreihen (analog) - Zergliederungs- vs. Konfrontationsmethoden - Methodische Übungsreihen - Beobachtungsbögen zu Technikmerkmalen - SuS übernehmen das Kampfgericht 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - unterschiedliche Leistungsverständnisse reflektieren - Beurteilung des individuellen Leistungszuwachses - Psycho-physische Reaktionen des Körpers im Wettkampf beschreiben und deuten - Fachbegriffe: - Hoch-/Tiefstart - Wurfauslage, Verwirrung - Stand-/Sprung-/Schwungbein - Absprung/Landung 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Individueller Leistungsfortschritt - punktuell: - Bewertungsraster Moltke / Tabellen DSA 	<p>„Von Krefeld bis nach Athen“: Gemeinsam zur Wiege der olympischen Spiele – Unser gemeinsamer Fackellauf</p>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 16 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 7.3
Thema des UV: „Erste Schritte im Basketball“ – Einfache Spielsituationen im 3:3 durch technisch-taktisch angemessenes und regelgerechtes Verhalten bewältigen		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • 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 Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [6 BWK 7.3] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1] 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] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - - Spielformen mit dem Basketball (zur Ballgewöhnung): Mattenball, Kastenball, 10er Ball, - Schulung der basketballspezifische Grundfertigkeiten: Dribbeln, Passen, Fangen, Positionswurf, Korbleger (Grobform), z.B. Dribbelspiel mit Wegschlagen in vorgegebenen Räumen, Dribbelhasche im Kreis („Plumpsack“ mit Dribbeln), Slalomparcours, Dribbelstaffeln, Passstern, Drills, Gruppen gegeneinander... - basketballähnliche Spielformen: Turmball, Brettball - Erprobung sportspielübergreifender Taktiken: Freilaufen, Täuschen, Ausnutzen des Spielraums, Verteidigen 	<ul style="list-style-type: none"> - - Vermehrte deduktive Lernphasen mit individuellem Feedback - Partner- und Kleingruppenarbeit - Lernen mit Bewegungskarten - Videofeedback 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Sinnhaftigkeit von Regeln - Fairness im Mit- und Gegeneinander bewerten - SuS beschreiben einfache Bewegungsmerkmale - Räume erkennen (Visualisierung am Whiteboard) - Fachbegriffe: - Wurfhand, Wurfarm - Absprungbein - Druckpass, Brustpass, Bodenpass - Beidhändigkeit 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - Motivation - Anstrengungsbereitschaft - Individueller Lernzuwachs - Fairness - punktuell: - Überprüfung der technisch-taktischen Spielfähigkeit im Spiel 3:3 - Beobachtungskriterien: basketballspezifische Grundfertigkeiten (Passen, Fangen, Werfen → Technik), Fairness, miteinander spielen, taktisches Verhalten im Raum, beim 	<p>Basketball-EM</p>

- Spielformen, die dem Streetball ähneln (3:3 auf einen Korb)			Freilaufen und Täuschen	
---	--	--	-------------------------	--

Verteilung der Unterrichtsvorhaben nach Bewegungsfeldern und Sportbereichen: Klassen 7 – 10 (Gymnasium am Moltkeplatz, Stand 27.05.2021)

<i>Bewegungsfelder</i>	<i>Körper wahrnehmen und Bew.-fäh. ausprägen</i>	<i>Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i>	<i>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</i>	<i>Bewegen im Wasser – Schwimmen</i>	<i>Bewegen an Geräten – Turnen</i>	<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik, Tanz</i>	<i>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</i>	<i>Gleiten, Fahren Rollen – Roll-, Boots-, Wintersport</i>	<i>Ringern und Kämpfen – Zweikampfsport</i>
Jahrgang									
7 (3 stündig)	Freeletics (auch als Zirkel) (12)	Spielregler (Glück – Strategie – Geschicklichkeit) (12)	Vertiefung LA (112)	_____	Gruppenpyramiden (12)	Aerobic (<i>wenn als Ausdauerleistung, dann 30 min</i>) (14)	Basketball 3:3 II (12) Badminton I (16)	Eislaufen (10)	

<p>8 (3 stündig)</p>	<p>Schwimmen: Ausdauer II (20 min) (6)</p>	<p>Brennball zum Baseball (12)</p>	<p>Hürdenlauf (14)</p>	<p>Technik: Kraul <u>oder</u> Rücken- kraul <u>und</u> Brust <u>mit</u> Start und Wende, Selbst- und Fremdrettung, grundlegende Fertigkeiten im Wasser spiele- risch oder krea- tiv nutzen, Tauchen, Sprin- gen (12)</p>	<p>Boden II + Schweb- balken/ Parallelbar- ren/Ringe (12)</p>		<p>Volleyball I (16) Fußball II (14)</p>		<p>Kämpfen (norm-gebun- den) II (14)</p>
<p>9 (3 stündig)</p>	<p>Vorbereitung Winter- sportffahrt (8)</p>	<p>Life Kinetik II (8)</p>	<p>Hochsprung (14)</p>			<p>Hip-Hop (14)</p>	<p>Ultimate Fris- bee (12) Floorball (=Unihockey) (12) (BR) Badminton II (12)</p>	<p>Wintersportfahrt (einwöchige Fahrt)</p>	
<p>10 (2 stündig)</p>	<p>Koordinations- training / Jonglage (6) (verbinden mit Ge- stalten, Tanzen, Dar- stellen – trotzdem bitte zwei UV-Karten)</p>		<p>Leichtathletik: Sportabzeichen <u>und</u> alternativer Wettbewerb (z.B. Orientierungs- lauf) (mit Ausdau- erlauf 30 min) (12)</p>		<p>Le Parkour (10-12)</p>	<p>Jonglage (künstle- rische Bewegungs- komposition) (10)</p>	<p>Basketball III (10) Volleyball II (10-12)</p>		

Klasse 7

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 7

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„Gemeinsam sicher hoch hinaus!“ – Erarbeitung und Präsentation von Gruppenpyramiden	5.3	12
UV 2	„Rutschgefahr! Vom einfachen Gleiten zum Hockey-Stopp“ – Erlernen grundlegender Bewegungsabläufe im Eislaufen	8.2	10

UV 3	„ Gegeneinander spielen und gewinnen wollen “ – im Basketballspiel 3:3 regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen	7.4	12
UV 4	„ Feel the rhythm! “ – Präsentation einer gemeinsam erarbeiteten Gruppenchoreographie zum Aerobic	6.3	14
UV 5	„ Freeletics: Eine Alternative zum Fitnessstudio?! “ — Erprobung, Reflexion und Bewertung des Fitnesstrends Freeletics und Gestaltung eines gesundheitsorientierten Kraft(ausdauer)trainings mit dem eigenen Körpergewicht	1.6	12
UV 6	„ Glück – Strategie – Geschicklichkeit “ - Spiele mit unterschiedlichen Strukturmerkmalen beim Spielen erleben, gezielt variieren und auf ihre Wirkung hin reflektieren	2.4	12
UV 7	„ Langer Schläger – Kleine Spieler “ – Erste Erfahrungen im Rückschlagspielen machen und das Sportspiel Badminton technisch-koordinativ in seinen Grundzügen begreifen und spielen	7.5	16
UV 8	„ Hoch-Weit-Schnell! “ – Erweiterung der Fähigkeiten und Kenntnisse in der Leichtathletik durch gezieltes Lernen und Üben	3.3	12
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit: 120 UE Stunden für die Unterrichtsvorhaben: 100 UE Freiraum: 20 UE			

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 5.3
Thema des UV: „Gemeinsam sicher hoch hinaus!“ – Erarbeitung und Präsentation von Gruppenpyramiden		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen		Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none">• Akrobatik	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none">• Variation von Bewegung [b]• Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]	
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">• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] 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]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Inhalte - Vertrauens- und Körperspannungsübungen (z.B. Pendel, Brett anheben oder hochheben, etc.) - Erarbeitung und Formulierung von (Sicherheits-)Regeln und Griffhaltungen - Partner- und Gruppenpyramiden (2er, 3er, 4er, 5er, 6er bis hin zur Klassenpyramiden max. dreistöckig) - turnerische Übergangselemente - Ziel: Entwicklung und Präsentation einer Gruppenkür (orientiert an den gemeinsam entwickelten Bewertungskriterien) 	<ul style="list-style-type: none"> - Differenzierung und Öffnung des Unterrichts über Stationskarten, Lerntheken, Schüler*innen als Experten, etc. - Kooperative Lernformen (Arbeit innerhalb der eigenen Gruppe, Feedbackphasen mit anderen Gruppen, etc.) - Gemeinsame Entwicklung von Bewertungskriterien wie z.B.: Länge der Kür, Einhaltung von Sicherheitsaspekten, Kreativität, Aktivität aller Gruppenmitglieder, Schwierigkeitsgrad der geturnten Elemente, etc. - Methodenvergleich: Gruppen- und Videofeedback 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Unterschied zwischen Helfen und Sichern - Gemeinsame Erarbeitung von Bewertungskriterien einer gelungenen Gruppenkür - Beurteilung der Potenziale von Gruppen- und Videofeedback - Fachbegriffe: - Griffe: z.B.: Handgelenkgriff, - Unterarmgriff, Kreuzgriff, - Daumengriff - Helfen/Sichern - Vertrauen - Körperspannung - Kommunikation - Aufstiegspunkt/Belastungspunkt: Beckenkamm - Gleichgewicht - Körperschwerpunkt 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend - Kooperationsfähigkeit innerhalb der eigenen Gruppe - Sorgfalt und Sicherheit beim Üben (Einhaltung der Sicherheitsregeln/Griffhaltungen) - Umsetzung der vorgestellten bzw. entwickelten Figuren - Intensität des Übungsprozesses - punktuell - Präsentation der Gruppenpyramide - Erfüllung und Vollständigkeit der gemeinsam entwickelten Kriterien wie - Bewegungs- bzw. <ul style="list-style-type: none"> o Ausführungsschwierigkeit der o Figuren - Länge der Kür, - Einhaltung von Sicherheitsaspekten, - Kreativität, - Aktivität aller Gruppenmitglieder, - Gestalterische Elemente beim Auf- und Abbau der Figuren (Übergänge) - Ausführungsqualität 	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 8.2
Thema des UV: „Rutschgefahr! Vom einfachen Gleiten zum Hockey-Stopp“ – Erlernen grundlegender Bewegungsabläufe im Eislaufen		
BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/Wintersport	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] 	
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 wett-kampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren [10 BWK 8.2] 	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] • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] MK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] 	

UK

- Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Inhalte - Sicherheit - Gleiten lernen - Bremsen lernen (Pflugbremse oder Hockey-Stopp) - Kurvenfahren/ Übersetzen 	<ul style="list-style-type: none"> - Einzelarbeit - Partnerarbeit/-korrekturen 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Fachbegriffe: - Kufe/ Kante - „Eiskratzen“ - Pflugbremse (einbeinig oder beidbeinig) - Hockey-Stopp - Übersetzen 	<ul style="list-style-type: none"> - Unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Motivation - Individueller Lernerfolg - punktuell: - Anfänger: Parcour aus Slalom, Bremsen, Bogen fahren - Fortgeschrittene. sicheres (auch dynamisches/schnelles) Beschleunigen/Gleiten/Bremsen, flexibles Reagieren auf dem Eis (auch auf „Gefahrensituationen“), Technikprüfung Bremsen und Übersetzen 	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.4
Thema des UV: „Gegeneinander spielen und gewinnen wollen“ – im Basketballspiel 3:3 regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) 	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"> • 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] 	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 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"> • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes 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] 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:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<p>Inhalte</p> <p>Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten: Passen, Fangen, Dribbeln, Korbleger und Positionswurf (Wdh.), Passen und Fangen im Lauf, Dribbeln gegen den Mann, Handwechsel, Freiwurf, Sprungwurf</p> <p>Regeln situationsbezogen an die Rahmenbedingungen anpassen (Digel)</p> <p>Verschiedene Übungs- und Spielformen zu Angriff und Abwehr (z.B. Zehnerball, Turmball, Brettball, etc.)</p> <p>Angemessenes Verhalten in Überzahl-/Unterzahlsituationen</p> <p>Erste Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten, sowie selbstständige Organisation einen Klassenturniers</p> <p>Erprobung einfacher basketballspezifischer Taktiken: Give and Go (Doppelpass), Pick and Roll, Cutbewegungen, Lauf-, Wurf- und Pass-täuschung, 2 gegen 2 plus 1</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Eigenständiges Erproben unterschiedlicher Pass- und Wurfmöglichkeiten sowie unterschiedlicher Möglichkeiten des Freilaufens und Anbieten (Schüler*innen als Experten) innerhalb der Kleingruppe - Analyse/ Reflexion von Spielszenen 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Merkmale von Sportspielen (Spielidee) - Basketballregeln - Digel'sches Regelschema - Sportspielvermittlungsmodelle (Spielgemäßes Konzept/ Taktik- Spiel-Modell: Spiel – Reflexion – Übung – Spiel) - (Bewegungsbeschreibungen) - Fachbegriffe: - Bewegungsmerkmale des Dribbelns, Fangen, Passen, Wurfvarianten - Freilaufen/Anbieten - Positionswurf - Korbleger - Brust-/ Bodenpass - Sternschritt - Überzahl-/Unterzahlspiel 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Umsetzung der Aufgaben in Gruppenprozessen - Kleine Spiele eigenverantwortlich, fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen - Punktuell: - Kooperationsfähigkeit und Fairness (im eigenen Team, gegenüber dem Gegner, Verhalten gegenüber den Schiedsrichtern) - Grundlegende technisch- koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten - Schiedsrichtertätigkeit - Planung und Durchführung eines Klassenturniers 	<p>Basketball-EM</p> <p>Vergleich des amerikanischen und europäischen Regelwerks</p>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 6.3
Thema des UV: „Feel the rhythm!“ – Präsentation einer gemeinsam erarbeiteten Gruppenchoreographie zum Aerobic		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste		Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Bewegungsgestaltungen [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"> • 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]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Inhalte - Rhythmusschulung zur Musik (musikgestütztes Warm-up) - Erarbeitung von Basisschritten aus dem Bereich Aerobic: z. B.: Step Touch, Squad, Leg Curl, Knee Lift, Jumping Jack, Low Kick, etc. - Erarbeitung zugehöriger Armbewegungen - Verbindung der Schrittfolgen zu einer Gruppenchoreographie (unter Anwendung der Gestaltungskriterien) in der Gruppe 	<ul style="list-style-type: none"> - selbstständiges Erarbeiten vorgegebener Basisschritte (Stationenlernen, Lerntheken, Gruppenpuzzle, etc.) - in Partner-/ Gruppenarbeit die Basisschritte verbinden - in Kleingruppen eine kriteriengeleitete Choreographie erarbeiten und präsentieren - gemeinsame Erarbeitung von Bewertungskriterien - Kriteriengeleitete Selbst- und Fremdevaluation mithilfe einer Videoanalyse oder mithilfe von Evaluationsbögen 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Kraft, Form) - Fachbegriffe: - Basisschritte aus dem Bereich Aerobic - Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Kraft, Form) - Synchronizität/ Asynchronizität - Kriterien - Formation/ Aufstellungsform - Raumwege 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend - Anstrengungsbereitschaft und Motivation - Kreativität und Umsetzung der Aufgaben in Partner- und Gruppenprozessen - Beteiligung innerhalb der Gruppe - punktuell - Präsentation der Gruppenchoreographie - Umsetzung der gemeinsam erarbeiteten Kriterien - Übergänge/Verbindung der Basisschritte - Leitung eines Aufwärmprogramms für die Klasse 	<p>Tanz in Europa und der Welt (Vergleich der Tanzstile aus der Klasse 5 und 6)</p>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 1.6
Thema des UV: „Freeletics: Eine Alternative zum Fitnessstudio?!“ — Erprobung, Reflexion und Bewertung des Fitnessrends Freeletics und Gestaltung eines gesundheitsorientierten Kraft(ausdauer)trainings mit dem eigenen Körpergewicht		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Inhaltsfelder: f - Gesundheit d - Leistung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f] • Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f] • Trainingsplanung und Organisation [d] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 1.3] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1] • 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"> • 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] • einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1] UK <ul style="list-style-type: none"> • gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnessrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen [10 UK f1] 	

- die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Gemeinsames Erwärmen - Erarbeitung und Formulierung von (Sicherheits)Regeln - Gemeinsames Erarbeiten der Unterschiede zwischen Ausdauer- und Krafttraining - Gemeinsames Erarbeiten wichtiger Muskelgruppen (und deren Funktionen) - Durchführung von Trainingsprogrammen - Feststellen der individuellen Stärken und Schwächen im Bereich der Kraftausdauer - Entwicklung individueller Trainingspläne 	<ul style="list-style-type: none"> - Dokumentation des individuellen Lernerfolgs im Dokumentationsbogen/ Lerntagebuch - Einzel-/ Partnerarbeiten - Stationenlernen, Lerntheke 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Definition des Begriffs „Freeletics“ - Kenntnisse über Muskelgruppen - Kriterien zur Gestaltung gesund-funktionaler Kraft (-ausdauer) -programme: Prinzip Agonist-Antagonist, Verhältnis zwischen Be- und Entlastungsphasen, Atmung, Intensität, Übungsabfolge, etc. - Fachbegriffe: - Freeletics - Agonist/Antagonist - Muskeln des menschlichen Körpers - Trainingsintensität - Wiederholungen - Sätze - Krafttraining/ Ausdauertraining 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Motivation - Individueller Lernerfolg/ Leistungsfortschritt - Sorgfalt und Sicherheit bei der Ausführung der Übungen - punktuell: - Leitung eines Aufwärmprogramms für die Klasse - Eigens entwickeltes Kraft (-ausdauer)-programm - Optional: Schriftliche Überprüfung 	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 2.4
Thema des UV: „Glück – Strategie – Geschicklichkeit“ - Spiele mit unterschiedlichen Strukturmerkmalen beim Spielen erleben, gezielt variieren und auf ihre Wirkung hin reflektieren		
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz f - Gesundheit
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele und Pausenspiele 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • 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"> • die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1] 	

--	--

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<p>Erprobung verschiedener kleiner Spiele und Einordnung dieser in den Spiele-Regler (Reflexion deren Struktur) wie z.B.: Würfelmeister, Ball jonglieren, Königsvölkerball</p> <p>Modifikation bekannter Spiele mithilfe des Spiele-Reglers</p> <p>Entwicklung eigener Spiele mithilfe des Spiele-Reglers (Vorgabe verschiedener Materialien durch die Lehrkraft)</p> <p>Literatur: Wiesche, D. (2016). <i>Der Spieleregler. Glück, Geschicklichkeit und Strategie als Element des Spiels</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Partner- und Gruppenarbeiten 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erprobung, Reflexion und Modifikation eigens entwickelter Spiele mithilfe des Spiele-Reglers: Wie verändern sich die Spiele durch veränderte Reglereinstellungen? <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Glück - Geschicklichkeit - Strategie - Spiele-Regler 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Motivation Mitarbeit und Umsetzung der Aufgaben in Gruppenprozessen</p> <p>(Kleine) Spiele eigenverantwortlich, fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen</p> <p>punktuell: Bewertung des entwickelten Spiels anhand der Spiel-Karte (Name des Spiels, Spielidee, benötigte Materialien, Platz/Feld,</p>	<p>Analyse europäischer Spiele durch den Spieleregler (Rugby, Pelota, Korfball, Smolball, Unihoc)</p>

nutzen. Sportpädagogik, S. 23 – 29.

Literatur vorhanden (siehe TEAMS)

- Stationenlernen, Lerntheke

SUTTON-SMITH unterscheidet drei Arten von Spielen:

1.) Geschicklichkeitsspiele

Verlauf/Ergebnis des Spiels >bestimmt durch die motorische Aktivität und Qualität

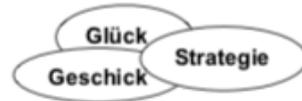
2.) Glücksspiele

Spiel >bestimmt durch motorische Aktivität und externe, nicht kontrollierbare Einflüsse

3.) Strategiespiele

Spiel >bestimmt durch motorische Aktivität und rationale Entscheidungen der Spieler

In der Regel bestehen Bewegungs- und Sportspiele aus **Mischformen** der drei Idealtypen!



Man kann vorhandene Spiele zielgerichtet gestalten, indem man durch Regel- und Inventarveränderungen (z. B. ein Ball mit anderen Sprungeigenschaften) die Bedeutung

⇒ der **motorischen Geschicklichkeit**

⇒ der **Glückselemente**

⇒ der **strategisch-taktischen Entscheidungen**

für den Spielverlauf wie in einem Reglersystem verändert, 'höher' oder 'niedriger' regelt.

Übung: Stelle die 'Regler' Dir bekannter Sportarten ein, indem Du Kreuze machst:

⇒Fußball (rot) ⇒Volleyball (blau) ⇒Badminton (grün) ⇒Surfregatta (schwarz)

	<i>gering</i>	<i>Bedeutung im Spiel</i>	<i>hoch</i>
Geschick	<input type="text"/>		
Glück	<input type="text"/>		
Strategie	<input type="text"/>		

Aufgabe: Verändere >Geschick >Glück >Strategie in ihrer Bedeutung für den Verlauf a) des kooperativen Federballspiels b) des Wettkampf-Badminton durch vielfältige Veränderungen bei den Spiel- und Inventarregeln.

- Struktur von Spielen
- Spielidee
- Spielregeln

Regeln, evtl. Skizze)

Jahrgangsstufe: 7

Dauer des UVs: 16

Nummer des UVs im BF/SB: 7.5

Thema des UV: „Langer Schläger – Kleine Spieler“ – Erste Erfahrungen im Rückschlagspielen machen und das Sportspiel Badminton technisch-koordinativ in seinen Grundzügen begreifen und spielen

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltsfelder:
e – Kooperation und Konkurrenz
a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltliche Kerne:

- Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]
- Struktur und Funktion von Bewegungen [a]

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen

BWK

- 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]

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

SK

- für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]

MK

- Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]
- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]
- analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]

UK

- den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]

Didaktische Entscheidungen	Ent-	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung
-----------------------------------	-------------	-----------------------------------	------------------------------------	----------------------------	-------------------------------

		und Fachbegriffe:		von Euro- paaspekten
<p>Inhalte</p> <p>Kleine Spiele zur Ball- und Schlägergewöhnung (z.B. Spielen „ohne Regeln“ (= Federball), Speckbrett-Tennis, Indiacastafeln, Rundlauf, Badminton-Volleyball)</p> <p>Zielschussspiele</p> <p>„Bälle ins andere Land“</p> <p>Badminton auf dem Kleinfeld (Halle längs halbieren)</p>	<p>Schläger- und Ballgewöhnung, Spielen mit unterschiedlichen Bällen (Flugeigenschaften des Balls kann differenzierend wirken)</p> <p>Spielgemäßes Konzept, z.B.</p>  <pre> graph TD A["=> Aufschlag-Wettbewerb: Jeder 10-Aufschläge, abwechselnd, hoch-weit in markiertes Feld. Übungsformen zu motorischen, taktischen, psycho-regulativen Anforderungen"] --> B["=> Ük-Clear-Wettbewerb (Hinterfeld gegen Hinterfeld) Am halben und/oder ganzen Feld: Ük-Clear-Wettbewerb auf Punkte, Treffraum evtl. in der Länge und in der Breite nach Leistungsniveau einschränken. Übungsformen zu motorischen, taktischen, psycho-regulativen Anforderungen"] B --> C["=> Netzdrop-Wettbewerb (Vorderfeld gegen Vorderfeld) Am halben und/oder ganzen Feld, Variante: als Tischtennis-Doppel. Übungsformen zu motorischen, taktischen, psycho-regulativen Anforderungen"] C --> D["=> Lob gegen Drop (Vorderfeld gegen Hinterfeld) Am halben und/oder ganzen Feld, in leistungsgerecht markierte Feldbereiche. Übungsformen zu motorischen, taktischen, psycho-regulativen Anforderungen"] D --> E["=> Aufschlag-Return-Wettbewerb A: 10 hoch-weite Aufschläge, B: returniert mit Smash. Wie viele Smash kann A nicht kurz in das Vorderfeld abwehren? Am halben Feld. Übungsformen zu motorischen, taktischen, psycho-regulativen Anforderungen"] E --> F["=> Wettbewerb im mittleren Feldbereich (ohne 'vorne' und ohne 'hinten') Am halben und/oder ganzen Feld. Übungsformen zu motorischen, taktischen, psycho-regulativen Anforderungen"] F --> G["=> Wettbewerb am halben Feld Übungsformen zu motorischen, taktischen, psycho-regulativen Anforderungen"] G --> H["=> Wettbewerb am ganzen Feld Übungsformen zu motorischen, taktischen, psycho-regulativen Anforderungen"] </pre>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Federball vs. Badminton koordinative Fähigkeiten Bewegungsmerkmale der Schlagarten</p> <p>Fachbegriffe: Netz, Pfosten, Schläger (Aufbau), Federball, zentrale Position, Überkopf, Unterhand, Seit- hand, Rück- hand, Vorhand</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft - Umsetzung der Aufgaben in Gruppenprozessen - MEISTER-MODELL <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kooperationsfähigkeit und Fairness - Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten - Demonstration 	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.3
Thema des UV: „Hoch-Weit-Schnell!“ – Erweiterung der Fähigkeiten und Kenntnisse in der Leichtathletik durch gezieltes Lernen und Üben		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegendes leichtathletisches Bewegen • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeiteniveau ausführen [10 BWK 3.1] • einen leichtathletischen Wettbewerb 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 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"> • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] UK <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1] • den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2] • den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<p>Inhalte:</p> <p>leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weit- und Hochsprung, Ballwurf) auf grundlegendem und fortgeschrittenem technisch-koordinativen Fertigkeitenniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen und in ihrer Funktion erläutern</p> <p>Werfen: Festigung und Erweiterung der bereits erprobten und erlernten Wurftechnik</p> <p>Springen: Sprünge mit Anlauf und Absprung aus der Absprungzone und auch vom Balken</p> <p>Sprinten: Festigung und Erweiterung der bisher erprobten und erlernten Starts sowie der Sprinttechnik</p> <p>Staffellauf: Stabübergabe</p> <p>in Anlehnung an die Anforderungen der Bundesjugendspiele: einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfdankens durchführen</p> <p>Bewegungsanalyse leichtathletischer Disziplinen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Phasierung von Bewegungen 	<ul style="list-style-type: none"> - Einzelarbeit - Partner- und Gruppenarbeit - Schüler*innen als Experten nutzen - Lehrer*innen-Demonstration der Bewegungen - Lernvideos der unterschiedlichen Disziplinen zeigen - Smartphones oder Tablets als Feedbackinstrument nutzen 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Bewegungsreihen und Videos auf grundlegendem Niveau beschreiben - Erproben und Experimentieren (entdeckendes Lernen) - Leichtathletisches Portfolio führen - Gegensatzerfahrungen machen und kontrastiv erläutern <ul style="list-style-type: none"> - Fachbegriffe: - Allgemeine und spezifische Erwärmung - Stand-/Sprungbein - Stemmschritt - Tiefstart/Hochstart - Schersprung, Straddle, Flop - Impulsschritt - Wurfauslage - Vorspannung - Bewegungsmerkmale - Bewegungsphasen 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Ausführungsqualität - Entwicklung der disziplinspezifischen Leistungsfähigkeit - Leitung eines Aufwärmprogramms in der Kleingruppe <ul style="list-style-type: none"> - punktuell: - Leistung im Sprint, Ballwurf, Hoch- und Weitsprung - Demonstrieren der erlernten Techniken im Sprint, Wurf, Hoch- und Weitsprung - Bewertungsraster Moltke 	

- Bewegungsmerkmale beim Werfen, Springen, Sprinten				
---	--	--	--	--

Klasse 8

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 8

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	Das hab' ich noch nie gemacht! – Hürdenlauf als neue Herausforderung annehmen und Wagnis als „Hürde“ verstehen, beschreiben und beurteilen	3.4	14
UV 2	„Fit und leistungsstark!“ – in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können	1.7	6
UV 3	„Ich will besser werden!“ – Die eigene Schwimmtechnik (im Kraul-, Brust-, Rücken- oder Delphinschwimmen) mit Start und Wende optimieren und Gefahrensituationen beim Tauchen und Springen sicherheitsbewusst abwägen und reflektieren	4.3	12
UV 4	Festhalten und Befreien! – Lösungen für (Boden-)Zweikampfsituationen im Judo gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Kampf auch aus der Geschlechterperspektive nutzen	9.2	14
UV 5	„Barren, Ringe, Schwebebalken? Mit Sicherheit!“ – Am Boden auch komplexe Turnverbindungen vertieft turnen (Verbindung zu UV 8 in Jahrgangsstufe 5) und am Barren, den Ringen und/oder Schwebebalken grundlegende Bewegungserfahrungen machen, Fertigkeiten ausprägen und präsentieren	5.4	12
UV 6	„Den Ball volley spielen!“ – Sammeln erster praktischer Erfahrungen im Sportspiel Volleyball mithilfe von Markierungen, Geländehilfen, Video-Tutorials und eigenen Videoaufzeichnungen (und ggfs. Analysebögen)	7.6	16
UV 7	„Fußball mit Sinn und Verstand“ – Entwicklung von einfachen Spielzügen im Hinblick auf individual-, gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten mithilfe von Schülerinnen und Schülern als Schiedsrichter*innen	7.7	14
UV 8	„Vom Brennball zum Baseball“ – Spiele aus anderen Kulturen erproben, verstehen und ggfs. modifizieren	2.5	12
<p>Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit: 120 UE Stunden für die Unterrichtsvorhaben: 100 UE Freiraum: 20 UE</p>			

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 3.4
Thema des UV: „ <i>Das hab‘ ich noch nie gemacht!</i> “ – Hürdenlauf als neue Herausforderung annehmen und Wagnis als „Hürde“ verstehen, beschreiben und beurteilen		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b - Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Struktur und Funktion von Bewegungen [a] Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2] einen leichtathletischen Wettbewerb einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen [10 BWK 3.3] 	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] die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2] MK <ul style="list-style-type: none"> analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] 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] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Inhalte - Einführung in die Grundtechnik Hürden, (Hindernis)-lauf, Schulung - Für und Wider von sportlichen Regeln - Erkennen von Bewegungsfehlern - Wettkampfgeln - Reaktionsschulung - Rhythmusschulung - Ausdauertraining - Hürdentechnik 	<ul style="list-style-type: none"> - Methodik - Entdeckendes Lernen (Gegensatzerfahrungen) - Beobachtungsbogen zu Technikmerkmalen - Alternative Wettkampfformen - Methodische Übungsreihen - Stationenlernen - Bewegungskorrektur in - Partnerarbeit - Trainingsprotokoll - SuS übernehmen das Kampfgericht 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis - Reflexion von Bewegungserfahrungen - Hürdentechnik - Sinnvolle Zeiteinteilung bei den Laufstrecken - Lauftechniken bei Sprints, Ökonomie der Laufbewegung - Fachbegriffe - Hürdensitz - Drei-Schritt-Rhythmus - Nachziehbein - Schwungbein 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend - Anstrengungsbereitschaft - Individuelle Leistungssteigerung - Mitarbeit beim Auf – und Abbau - Notentabellen - punktuell: - Beherrschung der LA-Regeln - Beherrschung der Sicherheitsregeln in den jeweiligen leichtathletischen Disziplinen - Leistung im Sprung und Lauf - Technikdemonstration - Beobachtungskriterien (Hürdentechnik): - Start (Hoch- oder Tiefstart) - Anlauf zur ersten Hürde - Hürdenschritt - Zwischenhürdenlauf (Schritt-Rhythmus), - Lauf nach der letzten Hürde (Zieleinlauf) 	<p>Historie des Hürdenlaufs (Entstehung in England)</p> <p>Maßeinheiten (Zoll, Fuß, Yard)</p>

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 1.7
Thema des UV: „Fit und leistungsstark!“ – in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Inhaltsfelder: f - Gesundheit d - Leistung	
Inhaltliche Kerne: • Aerobe Ausdauerfähigkeit	Inhaltliche Schwerpunkte: • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f] • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 30 min, Schwimmen 20 min, Aerobic 30 min, Radfahren 60 min) in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen [10 BWK 1.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • 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 • einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen 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] UK • die Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Inhalte - Ausdauerndes Schwimmen (zunächst spielerisch) - Finden der passendsten Schwimmlage - Steigerung der Belastungsdauer nach individuellen Kriterien - Start- und Wende-technik - 	<ul style="list-style-type: none"> - Methodik - Partnerkorrektur/-kontrolle - Führen eines Lerntagebuchs 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis - Mit welcher Lage, schwimmst du am schnellsten und hältst am längsten durch? - Fachbegriffe - Ausdauer - Gleit- Zug-, Druckphase - Körperlage 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend - nach MEISTER-Modell - punktuell: - Ausdauerleistung (nach Wertungstabellen) 	<p>Gemeinsam den Europarekord knacken</p>

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 4.3
Thema des UV: „Wasserratten“ – Die eigene Schwimmtechnik (im Kraul-, Brust-, Rücken- oder Delphinschwimmen) mit Start und Wende optimieren, Gefahrensituationen beim Tauchen und Springen sicherheitsbewusst abwägen und reflektieren sowie sich selbst und Mitschüler retten		
BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c - Wagnis und Verantwortung
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Schwimmarten einschließlich Start und Wende • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] • Handlungssteuerung [c] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher ausführen [10 BWK 4.1] • Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- und Fremdrettung sachgerecht nutzen [10 BWK 4.2] • grundlegende Techniken und Fertigkeiten im Wasser (Schwimmen, Tauchen oder Springen) spielerisch oder ästhetisch oder kreativ zur Bewältigung unterschiedlicher Anforderungssituationen im Wasser nutzen [10 BWK 4.3] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <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] • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3] MK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]
--	---

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Inhalte - Kraul- (bzw. Rückenkraulschwimmtechnik) - Start- und Wende-technik - Individualisiertes Wasserspringen - Eigen- und Fremdrettung 	<ul style="list-style-type: none"> - Methodik - Meth. Übungsreihe - Bewegungskorrektur in Partnerarbeit - Fließband oder Kurzbahn - Einsatz von Hilfsmitteln - Ängstliche SuS durch individuelle Maßnahmen fördern 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis - Beschreiben von Bewegungsabläufen und -erfahrungen - Sammeln von Bewegungsmerkmalen (Technik, Wasserlage) - Wie gleite ich am besten? - Wie schwimme ich am effektivsten? - Fachbegriffe - Gleitphase - Kopfsteuerung - Vortrieboptimierung - Kicks - Armzugmuster („S“) 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - nach MEISTER-Modell - Einhaltung von Regeln im Schwimmbad - punktuell: - Technikdemonstration - Eigen- und Fremdrettung (Demonstration) 	

		<ul style="list-style-type: none"> - Überwasser- und Unterwasserphase - Zug- und Druckphase - „Schlüss-el-loch“ (Lautierung von Bewegungen) 		
--	--	--	--	--

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 9.2
Thema des UV: „Festhalten und Befreien!“ – Lösungen für (Boden-)Zweikampfsituationen im Judo gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Kampf auch aus der Geschlechterperspektive nutzen		
BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport		Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Kämpfen mit- und gegeneinander 		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Interaktion im Sport [e] • Handlungssteuerung [c]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Haltegriffe und Befreiungen, Falltechniken) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z.B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim 		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]

<p>Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden [10 BWK 9.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangemessen, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2] 	<p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3] Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2] 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]
---	--

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> Inhalte Partnerkämpfe Sicherheitshinweise (Kleidung, Schmuck) Vermittlung von Regeln Schulung des Gleichgewichtes Sicheres Fallen (Fallschule) Befreiungsstrategien Haltegriffe 	<ul style="list-style-type: none"> Methodik Spiele und Aufgaben zur Anbahnung zum Körperkontakt Spiele und Aufgaben zur Entwicklung von Vertrauen SuS als Schiedsrichter 	<ul style="list-style-type: none"> Reflektierte Praxis Wie bringe ich meinen Partner zu Boden? etc. Fachbegriffe Bodenkampf Bezeichnungen der Hüftwürfe: O-goshi, uki-goshi, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> unterrichtsbegleitend nach MEISTER-Modell Beobachtungskriterien Striktes Einhalten von Regeln Verantwortungsvoller Umgang mit dem Mitschüler Verantwortungsbewusstsein Teamfähigkeit 	<p>Europäische Kampfsportarten: Ringenfranzösischer Stockkampf (Canne, Bâton fracais), Glima (Island), Rangeln (Österreich), Jogo do pau (Portugal), Juego del Palo – Das Spiel des Stockes: (Nationalsport auf den Kanarischen Inseln)</p>

<ul style="list-style-type: none"> - Wurftechniken (Judo) - 		<ul style="list-style-type: none"> - Bezeichnungen der Haltegriffe: Kesa-gatame, Yoko-Shiho-gatame, etc. - Uke und Tori 	<ul style="list-style-type: none"> - punktuell - Technikdemonstration 	
---	--	--	--	--

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 5.4
Thema des UV: „ <i>Barren, Ringe, Schwebebalken? Mit Sicherheit!</i> “ – Am Boden auch komplexe Turnverbindungen vertieft turnen (Verbindung zu UV 8 in Jahrgangsstufe 5) und am Barren, den Ringen und/oder Schwebebalken grundlegende Bewegungserfahrungen machen, Fertigkeiten ausprägen und präsentieren		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen		Inhaltsfelder:

	a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c - Wagnis und Verantwortung			
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • 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"> • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. MK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportl. Bewegungen anwenden, • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden UK <ul style="list-style-type: none"> • den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportl. Bewegungen kriteriengeleitet bewerten. 			

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
-----------------------------------	-----------------------------------	--	----------------------------	--

<ul style="list-style-type: none"> - Inhalte - Festigung der Elementarbewegungen am Boden - Entwicklung von Kurzchoreographien aus turnerischen und gymnastischen Elementen (evtl. mit Partner) - Erkennen von Bewegungsfehlern - Erarbeitung von Kriterien für eine spätere Präsentation - Kennenlernen vers. Helfergriffe - - Sammeln erster Erfahrungen am Barren oder Schwebebalken 	<ul style="list-style-type: none"> - Methodik - Meth. Übungsreihe - Bewegungskorrektur in Partnerarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis - Was macht eine gelungene (Partner) Kür am Boden aus? - - Fachbegriffe - Körperspannung - Hilfestellung - Bezeichnungen der turn. Elemente: Handstand, Rolle vw., Stütz, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - nach MEISTER-Modell - - punktuell: - Technikdemonstration (am Gerät) - Bewertung einer Präsentation nach ausgewählten Kriterien 	<p>Geschichte des Turnens: Von Turnvater Jahn bis zum heutigen Schulturnen – Eine deutsche Sportdisziplin erobert die Welt</p>
--	---	--	---	---

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 7.6

„**Den Ball volley spielen!**“ – Sammeln erster praktischer Erfahrungen im Sportspiel Volleyball mithilfe von Markierungen, Geländehilfen, Video-Tutorials und eigenen Videoaufzeichnungen (und ggfs. Analysebögen)

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Struktur und Funktion von Bewegungen [a] Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] Interaktion im Sport [e]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <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] 	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] Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] 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, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] UK <ul style="list-style-type: none"> Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Inhalte - Grundidee des Volleyballspiels am Beispiel von Ball über die Schnur - Grundtechniken Pritschen, Baggern, Aufschlag von unten - Für und Wider von Regeln - Ggf. Schiedsrichterfunktion kennenlernen im Kleinfeld-volleyball - Spielform: 3 mit/gegen 3 auf dem Kleinfeld - 	<ul style="list-style-type: none"> - Methodik - Meth. Übungsreihe - Bewegungskorrektur in Partnerarbeit - Videoanalyse - Einsatz von Hilfsmitteln 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis - Techniks Schulung - Bewegungskorrektur - Fachbegriffe - Oberes und unteres Zuspiel - Aufschlag von unten - Doppelberührung - Netz(-berührung) 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend - nach MEISTER-Modell - punktuell - Verhalten im Spiel (3 mit/gegen 3) - Motorische Leistungsfähigkeit (und/oder Technikdemonstration) - Ggf. Übernahme der Schiedsrichterrolle 	<p>Austausch über Vorerfahrungen aus dem Urlaub (Beachvolleyball)</p>

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 7.7
Thema des UV: Fußball mit Sinn und Verstand⁴ – Entwicklung von Spielzügen im Hinblick auf individual-, gruppen- und mann- schaftstaktisches Verhalten mithilfe von Schülern*innen als Schiedsrichter*innen auf fortgeschrittenem Niveau		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sport- spiele		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) 		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Interaktion im Sport [e] Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partner- spiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch- kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wett- kampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) er- läutern [10 SK e1] Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Re- geln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriterienge- leitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsfor- men) verwenden [10 MK e2] unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visu- alisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zei- chen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3] UK

- das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<p>Inhalte Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten wiederholen: Passen, Ballannahme, Ballmitnahme, Schüsse auch über größere Distanz</p> <p>Regeln situationsbezogen an die Rahmenbedingungen anpassen (Digel)</p> <p>Verschiedene Übungs- und Spielformen zu einfachen taktischen Phänomenen, wie z.B. Doppelpass, Rückpass, Durchbruch, Kombinationspiel, Freilaufen/Anbieten</p> <p>Angemessenes Verhalten in Überzahl-/Unterzahlsituationen Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten, sowie selbstständige Organisation einen Klassenturniers</p> <p>Torschussübungen</p>	<p>Eigenständiges Erproben unterschiedlicher Schuss- und Passmöglichkeiten sowie unterschiedlicher Möglichkeiten des Freilaufens und Anbietens (Schüler*innen als Experten) innerhalb der Kleingruppe</p> <p>Online-Tutorials als Mittel, um Spielzüge zu demonstrieren</p> <p>Taktikboard (Tablet)</p> <p>Kleinfeld/Halbfeld/Großfeldspiele</p> <p>Analyse/ Reflexion von Spielszenen</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Merkmale von Sportspielen (Spielidee) - Fairness - Rolle des Schiedsrichters - Fußballregeln - Digel'sches Regelschema - Fachbegriffe: - Freilaufen/Anbieten - Überzahl-/Unterzahlspiel - Taktiktafel - Coach - Flügelspiel, Flanke - Doppelpass, Rückpass - Anspielstation → vom Angreifer lösen - Durchbruch - Dreiecksspiel über den Torhüter - Kombinationsspiel - Abschluss 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Umsetzung der Aufgaben in Gruppenprozessen - (Kleine) Spiele eigenverantwortlich, fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen - Punktuell: - Kooperationsfähigkeit und Fairness (im eigenen Team, gegenüber dem Gegner, Verhalten gegenüber den Schiedsrichtern) - Grundlegende technisch- koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten - Schiedsrichtertätigkeit 	<p>Fußball als deutscher Nationalsport und deutsche Fußballstars und deren Einfluss in der Welt</p>

			- Planung und Durchführung eines Klassenturniers	
--	--	--	--	--

Jahrgangsstufe: 8		Dauer des UVs: 12		Nummer des UVs im BF/SB: 2.5	
Thema des UV: „Vom Brennball zum Baseball“ – Spiele aus anderen Kulturen erproben, verstehen und ggfs. modifizieren					
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen			Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz		
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Spiele aus anderen Kulturen 			Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] 		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <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] 			Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • 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"> • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes 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] <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]
--	--

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Inhalte - Einführung in die Grundtechniken (Fangen, werfen, Schlagen) - Schrittweise Einführung des Regelwerks (s. PDF vom Brennball zum Baseball) 	<ul style="list-style-type: none"> - Methodik - Brennball als Ausgangspunkt nutzen - vers. Spielformen, die zum Baseball hinführen - Planungshilfe: - https://www.baseball-softball.de/wp-content/uploads/playball_vom_brennball_zum_baseball-2006-12-05.pdf 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis - Reflexion von Bewegungserfahrungen - Fachbegriffe - Base - Homebase - Homerun - Out - Strike - Catcher, Pitcher, Runner, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend - Anstrengungsbereitschaft - Individuelle Leistungssteigerung - punktuell: - Technikdemonstration - Spielverhalten 	<p>Kennenlernen fremder Spielkulturen</p>

Klasse 9

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 9

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ Hochsprung? Ein Fall für das Smartphone/Tablet! “ – Eine neue, komplexe leichtathletische Technik als Herausforderung annehmen und mit Unterstützung digitaler Medien erlernen	3.5	14
UV 2	Smash! Den Anforderungen eines Turniers gewachsen sein “ – Spielsituationen im Badminton technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv bewältigen	7.8	12
UV 3	„ Wenn das Gehirn joggen geht (2)! “ – Entwicklung, Erprobung und Beurteilung von Life Kinetik® Übungen und ihrer Variationen in kooperativen Arbeitsformen zur Erweiterung der Koordinativen Fähigkeiten.	2.6	8
UV 4	„ Mehr als Gymnastik “ – Spezielles Aufwärmen für die Wintersportfahrt auf dem „Trockenen“ planen, durchführen und auf Funktionalität hin evaluieren [Verknüpfen mit UV 5]	1.8	8
UV 5	Thema des UV: „Wintersportfahrt“ – Techniken des Ski- und Snowboardfahrens in der Gruppe erlernen und weiterentwickeln	8.3	einwöchige Wintersportfahrt

UV 6	„Bounce, bounce! Bewegen wie die Stars auf TikTok, Instagram und Co.“ – Hip-Hop-Dance-Choreografien um-, neugestalten und am Ende der Unterrichtsreihe präsentieren	6.4	14
UV 7	„Floorball (Unihockey): Ein schwedischer Mix aus Hockey und Eishockey“ – Ein schwedisch-finnisch-schweizerisches Spiel fair und mannschaftsdienlich spielen und sich dabei dem Europa-Gedanken sportlich spüren	2.4	12
UV 8	„Ultimate Frisbee - Let the Frisbee fly!“ - Ein Endzonenspiel wett-kampforientiert spielen und dabei den „Spirit of the Game“ (kontaktloses Spiel, Fair Play, Spaß, ohne Schiedsrichter) erfahren	7.9	12
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit: 120 UE Stunden für die Unterrichtsvorhaben: 100 UE Freiraum: 20 UE			

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 3.2
„Hochsprung? Ein Fall für das Smartphone/Tablet!“ – Eine neue, komplexe leichtathletische Technik als Herausforderung annehmen und mit Unterstützung digitaler Medien erlernen		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungskörperlernen c - Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens Struktur und Funktion von Bewegungen Handlungssteuerung 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK	

<ul style="list-style-type: none"> eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2] 	<ul style="list-style-type: none"> 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] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1] den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]
---	--

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
Einführung in das Hochspringen (z.B.Jump and Reach, Hocksprünge, „Hopserlauf hoch“, Armeinsatz) Sprung ABC Einführung in die Grundtechnik des Hochsprungs (Hocksprung, Schersprung, Rollsprung, Salto	Methodische Übungsreihen Stationenlernen Video-Tutorials / Bildreihen Stammgruppen feste Partner (homogene/heterogene Paarungen je nach Lernziel)	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> z.B.Bewegungsanalyse, Phasen des Hochsprungs individuelle Bezugsnorm vs. normierte Bezugsnorm Leistungsverständnis im Sport Die Rolle von körperliche Voraussetzungen im Sport 	<ul style="list-style-type: none"> unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> Individuelle Entwicklung Anstrengungsbereitschaft punktuell: <ul style="list-style-type: none"> Leistung im Sprung Technikdemonstration 	-

über die Latte, Wälz- sprung, Flop)	Bewegungskorrektur in Partnerarbeit	Fachbegriffe:		
Vertiefung des Flops	Videoanalyse		- Kurvenlauf - Arm- schwung - Sprungge- lenk - Sprungbein - Schwung- bein - Phasen: An- lauf, Ab- sprung, Überque- rung, Lan- dung - Hohlkreuz - Neigung - Klappmesser	
Erkennen von Bewe- gungsfehlern mithilfe von Videoanalysen				

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.8
Thema des UV: Smash! Den Anforderungen eines Turniers gewachsen sein“ – Spielsituationen im Badminton technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv bewältigen		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: • Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)		Inhaltliche Schwerpunkte: • Interaktion im Sport [e] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]

	<ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]
<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] • 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"> • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] • die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
----------------------------	----------------------------	---	---------------------	---

<ul style="list-style-type: none"> - Training Hand-Auge Koordination - Wiederholung Griffhaltung - Vertiefung Vorhand Clear - Rückhand - Aufschlag von unten/Rückhandaufschlag - Einführung Schmettern - Spielen durch Spielen vertiefen - Erste Spielerfahrungen im Doppel 	<ul style="list-style-type: none"> - Partnerarbeit - Peerfeedback - 1:1 - 2:2 - Kollonnentraining - Videoanalyse - Taktik-Spiel-Modell 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Regelkenntnisse - Bewegungsanalyse - Koordinative Fähigkeiten - Fachbegriffe: - Vorhand Überkopf Clear - Vorhand Überkopf Drop - Rückhand Überkopf Clear - Rückhand Überkopf Drop - Smash 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbeleitend: - Leistungsbereitschaft - punktuell: - Techniküberprüfung - 	
---	---	--	--	--

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 2.6
<p>Thema des UV: „Wenn das Gehirn joggen geht (2)!“ – Entwicklung, Erprobung und Beurteilung von Life Kinetik® Übungen und ihrer Variationen in kooperativen Arbeitsformen zur Erweiterung der Koordinativen Fähigkeiten.</p>		
<p>BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</p>		<p>Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen Wählen Sie ein Element aus.</p>
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele und Pausenspiele 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.1] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] • 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] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> • Durchführung eines PRÄ-Testes • Kennenlernen/wiederholen der Grundidee von Life Kinetik anhand vorgegebener Basisübungen (bspw.: Parallelball) • Entwicklung eigener Grundübungen nach dem Life-Kinetischen Prinzip • Entwicklung von Variationen der einzelnen Grundübungen • Erprobung und Optimierung der Grundübungen und ihrer Variationen • Schulung der eigenen koordinativen Fähigkeiten mittels der entwickelten Übungen • Durchführung eines POST-Testes 	<ul style="list-style-type: none"> • Kleingruppenarbeit • Stationsarbeit • Schüler als Experten (für eigens entwickelte Stationen) • Führen eines Lerntagebuchs • PRÄ-POST-Test 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was ist Koordination und welche Bedeutung hat sie? • Welche Koordinativen Fähigkeiten werden mittels der unters. Übungen geschult? • (evtl. Bezug zum KAR-Modell: Beurteilung des eigenen koordinativen Leistungsprofils) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Koordination • Koordinative Fähigkeiten • Life Kinetik • Prinzip der Variation • Automatisierungsfreies üben/trainieren 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • nach MEISTER-Modell <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beurteilung der entwickelten Life Kinetik Grundübungen (und Variationen) • Durchführung eines PRÄ-/POST-Testes (bspw. Wiener Koordinationsparcours) 	

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 1.8
Thema des UV: „Mehr als Gymnastik“ – Spezielles Aufwärmen für die Wintersportfahrt auf dem „Trockenen“ planen, durchführen und auf Funktionalität hin evaluieren [Verknüpfen mit UV 5]		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Inhaltsfelder: f - Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeines und spezielles Aufwärmen • Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • sich funktional und wahrnehmungsorientiert - allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen [10 BWK 1.1] • ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [10 BWK 1.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2] • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1] MK <ul style="list-style-type: none"> • die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1] • 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] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Inhalte: - individuelle (anaerobe / aerobe) Belastungen wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen - - Merkmale körperlicher Reaktionen bei kraftausdauernden Belastungen spüren und beschreiben - Die beim Ski- / SB-Fahren beanspruchte Muskulatur trainieren / kräftigen - Gleichgewicht trainieren 	<ul style="list-style-type: none"> - Circuit-Training - Binnendifferenzierung (Intensität, Umfang) - Expertengruppen/ Gruppenpuzzle 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Besondere Herausforderungen von Schneesport? Warum darauf vorbereiten? - - Fachbegriffe: - aerob vs. anaerob - statisch vs. dynamisch - Ausdauer, Kraftausdauer - Bezeichnung einzelner Muskeln, z. B. M. quadriceps femoris (Vierköpfiger Oberschenkelmuskel) 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - nach MEISTER-Modell - - punktuell: - Durchführung und Anleitung einer Ski-Fit-Sequenz - Hier können Sie die vereinbarten Überprüfungsformen sowie Kriterien und Beobachtungsschwerpunkte zur Leistungsbewertung eintragen! 	

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: einwöchige Wintersportfahrt	Nummer des UVs im BF/SB: 8.3
Thema des UV: „Wintersportfahrt“ – Techniken des Ski- und Snowboardfahrens in der Gruppe erlernen und weiterentwickeln		
BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/Wintersport	Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c] • Handlungssteuerung [c] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] 	
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] • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3] • 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"> • Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2] • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1] • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] UK	

- komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Inhalte: - Spezifisches Aufwärmen - Techniken des Skifahrens/ des Snowboardens erlernen und/ oder verbessern - Wagnissituationen bewältigen durch sicheres Abfahren 	<ul style="list-style-type: none"> - Lernen am Modell - Beobachtungsaufgaben, Partnerkorrektur - Videoanalyse 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Wie verhalte ich mich auf der Piste? Wie kann ich die Ski / das Snowboard steuern? Unterschied gute / schlechte FahrerInnen? - FIS-Regeln - Fachbegriffe: - Ski: - Bindung, Pflug, Aufkanten, parallel, Kurveneinfahrt- u ausfahrt, Steuerung, Driften, Carven, Schuss, etc. - Snowboard: - Bindung, Nose, Tail, Kanten, Frontside, Backside, Rutschen, Carven etc. 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - nach MEISTER-Modell - punktuell: - Technikdemonstration - Hier können Sie die vereinbarten Überprüfungsformen sowie Kriterien und Beobachtungsschwerpunkte zur Leistungsbewertung eintragen! 	<p>Zu Gast in Österreich (Wintersport-)Tourismus in Österreich</p>

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 6.4
Thema des UV: “Bounce, bounce! Bewegen wie die Stars auf TikTok, Instagram und Co.“ – Hip-Hop-Dance-Choreografien um-, neugestalten und am Ende der Unterrichtsreihe präsentieren		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Variation von Bewegung [b] • Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b] • Gestaltungskriterien [b] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • 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] • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] 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] 	

- 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]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> - Rhythmusschulung - Warm-up - Cool-Down - Erarbeitung von einem Pflichtteil z.B. Hip-Hop Tutorial/Musikclip - Erarbeitung einer eigenen Gruppenchoreografie 	<ul style="list-style-type: none"> - Demonstration - Imitation - Einzel- und Gruppenarbeit - Gruppenfeedback - Videoanalyse 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Tänzerische Gestaltungskriterien - Fachbegriffe: - Bounce - Off- Beat - Step Touch - Slide Touch - Top Rock - Jump Cross - Moonwalk - Heel -Toe - Rhythmus - Takt - Setting 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - Motivation - Kreativität - Körperspannung - punktuell: - Demonstration - Warm-up - Video als Gruppenprodukt - Bewertung gemäß Gestaltungskriterien 	<p>Vergleich zwischen amerikanischen und europäischen Tanzstilen</p> <p>Der Einfluss der Hip-Hop Kultur auf Jugendliche in Deutschland und Europa</p>

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.9
Thema des UV: „Ultimate Frisbee - Let the Frisbee fly!“ - Ein Endzonenspiel wettkampforientiert spielen und dabei den „Spirit of the Game“ (kontaktloses Spiel, Fair Play, Spaß, ohne Schiedsrichter) erfahren		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: 7.1 – Kooperation und Konkurrenz 7.2 – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: <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] • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • ein Endzonenspiel (z.B. Ultimate Frisbee, Rugby, Flag-Football) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen [10 BWK 7.3] 	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] • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] 	

	<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] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] <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]
--	--

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
Passen: Vorhand, Rückhand, Overhead Fangen: ein/zweihändiger Sandwich-Catch Erlernen von taktischen Verhaltensweisen im Spiel, z.B. Doppelpass Kenntnisse über die historische Entwicklung des Sports und seines Teamspirits Erprobung von Frisbee Golf und Frisbee Freestyle	Partner- und Gruppenübungen Sportartübergreifende Spielformen (4:4 etc.) Stationsarbeit Gassenaufstellung Videodemonstration	<ul style="list-style-type: none"> - Reflektierte Praxis: - Regelkenntnisse - Spirit of the Game <ul style="list-style-type: none"> - Fachbegriffe: - Forehand - Backhand - Overhead - Sandwich Catch - Teamspirit - Zone - Check - Marker 	<ul style="list-style-type: none"> - unterrichtsbegleitend: - Spielbeobachtung <ul style="list-style-type: none"> - punktuell: - Technik-Demonstration - Schriftliche Abfrage/Referat - Demonstration Laufwege mit Punkterfolg 	<p>Vergleich amerikanischer Sportart mit europäischen Sportarten</p> <p>Gedanke des Fair Plays in internationalen Wettkämpfen</p>

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 2.4
Thema des UV: „Floorball (Unihockey): Ein schwedischer Mix aus Hockey und Eishockey“ – Ein schwedisch-finnisch-schweizerisches Spiel fair und mannschaftsdienlich spielen und sich dabei dem Europa-Gedanken sportlich spüren		
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Spiele aus anderen Kulturen 	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"> • 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] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • 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"> die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1] <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]
--	---

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> Regeln erarbeiten (z.B. als Hausaufgabe) Spiele durch Spiele lernen, evtl. meth. Übungsreihe einpflegen (Spielstraße / „Technikstraße“) Grundtechniken: Annahmen Passen, Dribbling Für und Wider von Regeln Schiedsrichterfunktion ausüben Taktik/Spiel: Überzahl- / Unterzahlsituationen 	<ul style="list-style-type: none"> Spiele durch Spiele lernen Spielgemäßes Konzept Floorball-Varianten Regeln modifizieren Gruppengröße anpassen SuS als Experten (viele unserer SuS spielen Hockey im Verein!) Meth. Übungsreihen zur Technik Bewegungskorrektur in Partnerarbeit 	<p>- Reflektierte Praxis:</p> <p>siehe Europaaspektierung</p> <p>Merkmale des Spiels</p>	<p>- unterrichtsbegleitend:</p> <p>MEISTER-Modell</p> <p>- punktuell:</p> <p>Praxisüberprüfungen im Team, zu zweit oder alleine</p>	<p>Geschichte des Floorballs</p> <p>Floorball ein echtes europäisches Spiel? - Innebandy (Schweden) – Salibandy (Finnland) – Unihockey (Schweiz) und Floorball = Europa</p> <p>Merkmale des Spiels im Vergleich mit dem Europa-Gedanken: Wo finden wir den Europa-gedanken im Spiel wieder?</p> <p>siehe auch: https://www.sportthieme.de/blog/sport-</p>

				freizeit/floorball-ist-wie- hockey-nur-anders
--	--	--	--	--

Klasse 10

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 10

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ Leichtathletik für Fortgeschrittene “ – Wir erstellen einen einfachen Trainingsplan, machen das Deutsche Sportabzeichen und führen einen alternativen Wettbewerb (z.B. „Biathlon“ und Orientierungslauf inklusive eines Ausdauerlaufs von 30 Min) durch	3.6	12

UV 2	„ Flinke Hände “ – Jonglage mit drei Bällen erlernen und dabei grundlegende koordinative Fähigkeiten weiterentwickeln (Vernetzung mit UV3)	1.9	6
UV 3	„ Von der Vorlage zur eigenen Performance “ – Mit selbst gewählten Gegenständen jonglieren und dabei einen Text oder eine Musik interpretieren (verbinden mit Jonglage – UV1)	6.5	10
UV 4	„ Volleyball für Fortgeschrittene “ – Das Sportspiel Volleyball kooperativ und konkurrenzorientiert mit Sinn und Verstand im 3:3 (evtl. 4:4) spielen und Spielzüge taktisch-kognitiv nachvollziehen, erarbeiten und reflektieren	7.10	10-12
UV 5	„ Wir überwinden jedes Hindernis: Le Parkour im Flow “ – Eine spannende turnerische Gestaltung alleine/zu zweit an einer Hindernisbahn entwickeln und präsentieren	5.5	10-12
UV 6	„ Basketball für Fortgeschrittene “ – Komplexere Spielzüge verstehen, in der Praxis reflektiert anwenden und dabei kognitiven-emotionale Reaktionen nachvollziehen und evaluieren (inklusive eines schülergeleiteten, jahrgangsübergreifenden Turniers)	7.11	10
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit: 80 UE Stunden für die Unterrichtsvorhaben: 60 UE Freiraum: 20 UE			

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.6
---------------------------	--------------------------	-------------------------------------

Thema des UV: „Leichtathletik für Fortgeschrittene“ – Wir erstellen einen einfachen Trainingsplan, machen das Deutsche Sportabzeichen und führen einen alternativen Wettbewerb (z.B. „Biathlon“ und Orientierungslauf inklusive eines Ausdauerlaufs von 30 Min) durch

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

**Inhaltsfelder:
d - Leistung**

Inhaltliche Kerne:

- Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)
- Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]
- Leistungsverständnis im Sport [d]
- Trainingsplanung und Organisation [d]

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen

BWK

- einen leichtathletischen Wettbewerb einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen [10 BWK 3.3]
- alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen [10 BWK 3.4]

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

SK

- ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2]

MK

- sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2]
- einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1]

UK

- den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportl. Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]
- die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
<ul style="list-style-type: none"> • Durchführung eines Aufwärmprogramms (Lauf ABC) • Vertiefung der Techniken des klassischen Dreikampfs (Sprint, Weitsprung, 1000m, Schlagball) → Tabelle des Deutschen Sportabzeichens in der jeweils gültigen Fassung • Ausführung der Techniken auf fortgeschrittenem Niveau • Erstellung/Führung eines Trainingsplans/Lerntagebuch • Biathlon (Norwegen) <p>https://www.deutschesportabzeichen.de/service/materialien</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stationsarbeit • Bildreihen • Wettkampfformen • Videoanalyse • SuS als Experten 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsanalyse-/beschreibung • Kriterien geleitete Beurteilung des Trainingsfortschritts • Belastungsgrößen (Umfang, Intensität, Dichte, Dauer) • Individueller Fortschritt vs. normierte Tabellen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung • Einzelcoaching • Demonstration <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsüberprüfung anhand von Leistungstabellen • Ergebnis des Sportabzeichens • Trainingstagebuch 	<p>Geschichte des Biathlons (Norwegen)</p> <p>Biathlonsport als populärer Sport in den klassischen Wintersportländern Europas (Skandinavien, Italien, Österreich, Schweiz)</p>

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 1.9
Thema des UV: „Flinke Hände“ – Jonglage mit drei Bällen erlernen und dabei grundlegende koordinative Fähigkeiten weiterentwickeln (Vernetzung mit UV5)		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [10 BWK 1.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • 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"> • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] UK <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] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
<p>Koordinative Fähigkeiten schulen (Reaktions-, Umstellungs-, Kopplungs-, Gleichgewichts-, Orientierungsfähigkeit, kinästhetische Differenzierungsfähigkeit, Rhythmisierungsfähigkeit), z.B. https://www.youtube.com/watch?v=Zgibl16Pmbo</p> <p>Einführung Jonglage</p> <ul style="list-style-type: none"> • Genaues und regelmäßiges Werfen mit einem Ball, zwei Bällen • „Die Säule“ • Erste Jonglierversuche mit drei Bällen <p>https://www.mobilesport.ch/favorites-de/?to-ken=44a696da52c544e9dc0ff72b0e0431fd-17456743-15495082</p>	<p>Video-Tutorials</p> <p>SuS als Experten</p> <p>mit zwei, drei, vier, fünf Bällen jonglieren</p> <p>kurze Jonglage-Kür</p> <p>Methodische Prinzipien:</p> <p>vom Bekannten zum Unbekannten, vom Leichten zum Schweren, vom Einfachen zum Komplexen</p>	<p>Einführung des KAR-Modell (in den Grundzügen)</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Motivation, Frustrationstoleranz, Ehrgeiz</p> <p>Individueller Leistungsfortschritt</p> <p>MEISTER-Modell</p> <p>punktuell:</p> <p>Demonstration evtl. kurze Kür</p>	

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 6.5
Thema des UV: „Von der Vorlage zur eigenen Performance“ – Mit selbst gewählten Gegenständen jonglieren und dabei einen Text oder eine Musik interpretieren (verbinden mit Jonglage – UV1)		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Ausgangspunkte von Gestaltungen [b] • Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b] • Variation von Bewegung [b] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • 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 <ul style="list-style-type: none"> • 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] • Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2] • kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3] UK	

- die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
in Bearbeitung	in Bearbeitung	Reflektierte Praxis: Fachbegriffe:	unterrichtsbegleitend: punktuell:	in Bearbeitung

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 10-12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.10
Thema des UV: „Volleyball für Fortgeschrittene“ – Das Sportspiel Volleyball kooperativ und konkurrenzorientiert mit Sinn und Verstand im 3:3 (evtl. 4:4) spielen und Spielzüge taktisch-kognitiv nachvollziehen, erarbeiten und reflektieren		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) • 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Interaktion im Sport [e] • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <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] • sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] • 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"> • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] 	

- grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]
- UK**
- den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
<p>volleyballspezifisches Aufwärmen (auch schülergeleitet)</p> <p>vorbereitende Spielformen</p> <p>volleyballspezifische Spielformen in der Kleingruppe mit hohem Ballumsatz für jede*n zur Schulung der Volleyballtechniken und koordinativen Fähigkeiten</p> <p>sicheres Pritschen/oberes Zuspiel Ballannahme/unteres Zuspiel Drive-Schlag</p> <p>(ggfs. Einführung des Einerblocks)</p> <p>Spielpositionen (Dreieck) und Laufwege klären</p>	<p>1:1,2:2, 3:3 (evtl. 4:4) auf Kleinfeldern</p> <p>heterogene Mannschaften</p> <p>(ein 6:6 auf dem Großfeld ist unbedingt zu vermeiden!)</p> <p>Spielgemäßes Konzept (Spielstraße und Nebenstraßen)</p> <p>Methodik des Anfängervolleyball:</p> <p>https://www.mobile-sport.ch/assets/lbwp-cdn/mobilesport/files/2017/05/Minivolleyball_d_def.pdf</p> <p>Spielbestimmungen und Regeln:</p>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Was unterscheidet Volleyball von anderen Sportspielen?</p> <p>Welche Regeln können wir modifizieren? (Digel)</p> <p>Wie gelingt eine Kommunikation während des Spiels?</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>MEISTER-MODELL</p> <p>punktuell:</p> <p>Demonstration eines Spiels, einer Technik</p>	<p>Wahrnehmung von Volleyball in den europäischen Medien (Bsp. Deutschland vs. Polen)</p>

<p>Absprachen in der Mannschaft (Volleyball als Kommunikations- und Reaktionsspiel)</p> <p>Mini-Volleyball:</p>	<p>https://www.schulsport.li/Portals/0/docs/Schulsportmeisterschaften/lo-gin%20volley/2013%20Spielregeln%20Minivolley.pdf</p>			
--	--	--	--	--

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 10-12	Nummer des UVs im BF/SB: 5.5
<p>Thema des UV: „Wir überwinden jedes Hindernis: Le Parkour im Flow“ – Eine spannende turnerische Gestaltung alleine/zu zweit an einer Hindernisbahn entwickeln und präsentieren</p>		
<p>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</p>	<p>Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p>	
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen • Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c] • Handlungssteuerung [c] • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p>	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1] 	

<ul style="list-style-type: none"> • turnerische Grundelemente auf technisch-koodinativ 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] 	<ul style="list-style-type: none"> • emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2] • 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"> • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1] • Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2] • 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"> • komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]
---	---

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schulung der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten, speziell Kraft und Gleichgewicht • Philosophie des Le Parkours • La méthode naturelle • Flow-Erleben • Sicheres Landen (atterrissage), Balancieren (équilibre), Durchbruch (franchissement), loslassen (lâcher), Mauerüberwindung (passe muraille) 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationsarbeit • Krafttraining • Differenzierte Übungsreihen • Übungsfolgen • Entwicklung eigener Kür • SuS als Experten • Helfergriffe, Sichern und Helfen • Zielscheibe 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wie hängen Wagnis, Risiko und Trends im Sport zusammen? • Chancen und Grenzen von Wagnissport • Motive und Motivation im Risikosport • Flow-Modell nach Csikszentmihalyi • Phasen einer Wagnissituation: Aufsuchen, Aushalten und Auflösung • Ambivalenz sportlicher Wagnisse 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung und Begleitung besonders in Wagnissituationen • Selbsteinschätzung • Risikobewertung <p>Punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entweder Pflichtkür - Demonstration eigener Kür ➤ Kreativität ➤ Geschwindigkeit ➤ Schweregrad der Übungen ➤ Flüssiger und natürlicher Bewegungsablauf ➤ Effektivität 	<ul style="list-style-type: none"> • Anfänge des Le Parkour (méthode naturelle) in Frankreich • Französische Begriffe der Techniken • Le Parkour im urbanen Raum – Paris als Mekka für Traceure

<ul style="list-style-type: none"> • Präzisionssprünge (saut de précision) • Möglichkeiten der Hindernisüberwindung (passement / passement rapide): Katzensprung (saut de chat), Schafshocke, seitlich, Armsprung (saut de bras), Weitsprung (saut de détente), Wanddrehung (Tic Tac), lazy vault, dash vault, kong vault • Parkourrolle (roulade) • Verschieden Landetechniken: gerade, mit Bewegung nach vorne 			➤ MEISTER-Modell	
--	--	--	------------------	--

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 7.11
Thema des UV: „Basketball für Fortgeschrittene“ – Komplexere Spielzüge verstehen, in der Praxis reflektiert anwenden und dabei kognitiven-emotionale Reaktionen nachvollziehen und evaluieren (inklusive eines schülergeleiteten, jahrgangsübergreifenden Turniers)		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz d - Leistung
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) 		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Interaktion im Sport [e] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Leistungsverständnis im Sport [d]

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**BWK**

- 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]
- sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1]

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**SK**

- 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]

MK

- 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]
- sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2]

UK

- die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	Thematische Einbindung von Europaaspekten

<ul style="list-style-type: none"> • Schwerpunkt: vertiefte Auseinandersetzung mit dem Lerngegenstand Basketball (Schwerpunkt Mannschaftssportart) • Spielformen in Kleingruppen: vom 3:3 zum 5:5 • Vertiefung einfacher basketballspezifischer Taktiken: Give and Go (Doppelpass), Pick and Roll, Cutbewegungen, Lauf-, Wurf- und Passtauschung • Einführung des indirekten Blocks • Schülergeleitetes Turnier (jahrgangsübergreifend) 	<ul style="list-style-type: none"> • Fokus: Spiel • ggfs: Spiel- und Übungsformen • Analyse von Spieldzügen • Individuelle Förderung durch SuS als Experten • Schiedsrichtertätigkeiten • Einführung in die Positionen: Aufbauspieler, Center, Flügel 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Basketball ist Schwerpunktmannschaftssportart am Moltke: Individueller Rückblick auf die „Basketball-Karriere“</p> <p>Zielscheibe (Evaluation der eigenen Spielfähigkeit, des Lernprozesses)</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung • MEISTER-Modell <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eigenständige Durchführung eines Turniers mit Schiedsrichtern 	<p>Nationalsportart Basketball in Litauen – Impulsreferate</p>
--	---	---	---	---

Unterrichtsvorhaben Sekundarstufe 2 (G8)

Aufbauend auf die Sekundarstufe 1 erweitern die Schülerinnen und Schüler in der gymnasialen Oberstufe am Gymnasium am Moltkeplatz ihre fachliche Handlungskompetenz im Fach Sport sportpraktisch sowie kognitiv-reflektiert in wissenschaftspropädeutischer Dimension. Ziel ist es eine umfassende Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport zu entwickeln und diese differenziert begründet und reflektiert in eine salutogenetische Lebensgestaltung zu integrieren. Sportliches Können und Fachwissen sind die Grundpfeiler für eine interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen Sportwissenschaft, Geistes- und Gesellschaftswissenschaften, den Naturwissenschaften und künstlerisch-musischen Fächern in fortwährender Theorie-Praxis-Verknüpfung.

In der **Einführungsphase** werden Akzente in mindestens drei Bewegungsfeldern auf der Basis aller Inhaltsfelder thematisiert, um eine fundierte Kurswahl und Profilentcheidung für die Q-Phase zu ermöglichen.

Die **Grundkurse** am Moltke werden bis zum Ende des Schuljahres 2020/21 in den BF/SP1 (Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen) und BF/SP7 (Basketball), BF/SP6 (Gestalten, Tanzen, Darstellen) und BF/SP7 (Fußball) sowie BF/SP2 (Laufen, Springen, Werfen) und BF/SP7 (Volleyball). Ab dem Schuljahr 2021/2022 werden die Oberstufenprofile neugestaltet¹: Alle Profilkurse werden den BF/SP1 (Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen) als Schwerpunkt haben. Der zweite Schwerpunkt ist jeweils eine Sportart: Basketball, Volleyball oder Badminton. Im Sinne der Vergleichbarkeit von Schüler:innenleistungen, den personellen Voraussetzungen sowie der Qualitätssicherung des Unterrichts hat die Fachschaft Sport damit einen Grundstein für die weitere fachliche Arbeit der nächsten Jahre gelegt.

¹ Der schulinterne Lehrplan der drei Profilkurse befindet sich momentan in Überarbeitung.

Verteilung der Unterrichtsvorhaben nach Bewegungsfeldern und Sportbereichen: Stufen EF – Q2 (Gymnasium am Moltkeplatz, Stand 27.05.2021)

11 (EF) (3 stündig)	Rope-Skipping (16) (Gesundheit / Leistung)				Hip-Hop (16) (Bewegungsgestaltung)		Volleyball (16) (Wagnis und Verantwortung) Badminton (16) (Gewe- gungsstruktur und Bewegungsler- nen) Basketball (16) (Ko- operation und Kom- kurrenz)		
12 (Q1) (3 stündig)	Profilkurs 1 Profilkurs 2 Profilkurs 3						Profilkurs 1: Basketball Profilkurs 2: Volleyball Profilkurs 3: Badminton		
13 (Q2) (3 stündig)	Profilkurs 1 Profilkurs 2 Profilkurs 3						Profilkurs 1: Basketball Profilkurs 2: Volleyball Profilkurs 3: Badminton		

Jahrgangstufe 11

(EF)

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe EF

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ Seilkünstler “ – Gesundheitsbewusst, kreativ und ausdauernd Seilspringen und dabei einen Trainingsplan zur Steigerung der individuellen Ausdauer erstellen	1.1	14
UV 2	„ Gymnastik vs. Hip-Hop “ – Entwicklung von Kurzchoreografien zur Handgerät-Gymnastik/Improvisation und zum Hip-Hop-Dance sowie Vergleich einzelner Bewegungsgestaltungen anhand von Analysebögen	6.1	14
UV 3	„ Wie fühlst du dich dabei? “ – Badminton unter verschiedenen psychischen Einflüssen wie Freude und Frustration wahrnehmen und beurteilen	7.1	14
UV 4	„ Ich traue euch das zu! “ – Planung, Durchführung und Evaluation eines kursinternen und differenzierten Basketballturniers	7.2	14
UV 5	„ Lernen kann man alles – Man muss nur wissen wie! “ – Einführung komplexer Volleyballtechniken anhand der Ganzheits-, Teillern- und Ganz-Teil-Ganz-Methode zur Vertiefung der Spielfähigkeit im Sportspiel Volleyball	7.3	14
UV 6	„ Wir machen das Deutsche Sportabzeichen “ - Abnahme des deutschen Sportabzeichens im Stationsbetrieb		10
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit: 120 UE Stunden für die Unterrichtsvorhaben: 80 UE Freiraum: 40 UE			

Anmerkung: Die Fachschaft Sport legt in der EF den Schwerpunkt auf dem Sportbereich *7 Spiele in und mit Regelstrukturen*, da die profilgebenden Mannschaftssportarten Basketball und Volleyball sowie die Rückschlagsportart Badminton in der Q1

und Q2 vertieft behandelt werden. Die Schülerinnen und Schüler erhalten bereits in der EF einen vertieften, mehrperspektivischen Einblick und können eine begründete und verlässliche Wahl für die Q-Phase treffen.

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
<p>Thema des UV: „Seilkünstler“ – Gesundheitsbewusst, kreativ und ausdauernd Seilspringen und dabei einen Trainingsplan zur Steigerung der individuellen Ausdauer erstellen</p>		
<p>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</p>	<p>Inhaltsfelder: f - Gesundheit d - Leistung</p>	
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formen der Fitnessgymnastik • Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f] • Trainingsplanung und Organisation [d] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • ein Fitnessprogramm (z. B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren • unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern • allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern • unterschiedliche Belastungsgrößen (u. a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen • einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z. B. Lerntagebuch) <p>UK</p>	

- die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen
- ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<p>Erprobung unterschiedlicher Fortbewegungsmöglichkeiten mit dem Seil (einbeinig, zweibeinig, mit/ohne Zwischensprung, seitwärts)</p> <p>Erarbeitung verschiedener Einzelsprünge:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Side - Straddle - Ski - Sidestep - Twister - Cross - Bell - High jump - Erarbeitung verschiedener - <p>Partnersprünge:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mit einem/zwei Seilen - Travelling <p>(Gassenaufstellung: ein Schüler mit Seil holt andere ab)</p>	<p>Aufwärmen (allgemein und speziell), Schaffung der koordinativen Voraussetzungen</p> <p>Stationsarbeit, Bildreihen, Lerntheke, Video-Tutorials</p>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</p> <p>Gesundheitsbewusstes Seilspringen</p> <p>Erstellung eines Trainingsplans zur Steigerung der individuellen Ausdauerfähigkeit</p> <p>[koordinative Fähigkeiten]</p>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <p>Beobachtung MEISTER-MODELL</p> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Demonstration eines „gesunden“ Springens Springen „auf Zeit“</p>	<p>ERSO: European Rope Skipping Show Contest</p>

--	--	--	--	--

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 6.1
Thema des UV: „Gymnastik vs. Hip-Hop“ – Entwicklung von Kurzchoreografien zur Handgerät-Gymnastik/Improvisation und zum Hip-Hop-Dance sowie Vergleich einzelner Bewegungsgestaltungen anhand von Analysebögen		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Tanz • Gymnastik 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterien [b] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK	

<ul style="list-style-type: none"> • eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z. B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren • ein (Hand-)Gerät/Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen 	<p>MK</p> <p>UK</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u. a. Raum) erläutern • Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. • eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.
---	-----------------------------------	--

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<p>Rhythmusschulung, Gleichgewichtsfähigkeit</p> <p>Abbau von „Bewegungshemmungen“</p> <p>Bewegungsspiele</p> <p>Erstellung von Mini Choreos</p> <p>Bewegungsverbindungen erstelle und präsentieren</p>	<p>Lernen am Modell/Video-Tutorials Reader (Herr Hoff)</p> <p>Video-Tutorials</p> <p>Stammgruppenarbeiten</p> <p>Gruppenpuzzle</p>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gestaltungskriterien (Raum, Form, Dynamik, Zeit)</p> <p>Wie unterscheiden sich im Tanzen Choreografie und Improvisation (Meyer, Sport in der gymnasialen Oberstufe, Lektion 8, S. 182)</p> <p>Wirkunsabsichten nach Klinge & Schütte, 2013:</p>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <p>MEISTER-MODELL</p> <p>Beobachtung</p>	<p>Ein Tanz- und Musikstil erobert Europa – Der Einfluss der amerikanischen Popkultur auf Europa</p>

Material: Seil, Band, Reifen, Keule, Ball		<p>Normierte Präsentation, Kurzweilige Unterhaltung, Spannendes Ereignis, Humorvolle Darstellung, Widerständige Vieldeutigkeit, Provozierende Beteiligung</p> <p>Gestaltungsprinzipien: Verändern und Verfremden, Sich-ähnlich-Machen und Nachmachen, ausgrenzen und Reduzieren, Rhythmisieren, Kontastieren und Polarisieren (Klinge und Schütte, 2013)</p>	<p><u>punktuell:</u></p> <p>Videoaufnahme/Präsentation</p> <p>Kriterien: Kreativität, Rhythmus, Synchronie, Bewegungsqualität, Bewegungsvielfalt</p>	
---	--	--	--	--

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
Thema des UV: „Wie fühlst du dich dabei?“ – Badminton unter verschiedenen psychischen Einflüssen wie Freude und Frustration wahrnehmen und beurteilen		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen	

<p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden • Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden 	<p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • den Einfluss psychischer Faktoren (z. B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen
--	---

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
-----------------------------------	-----------------------------------	--	----------------------------	--

<p>Auffrischung der Techniken Aufschlag, Clear, Drop, Smash, Spielen am Netz im Spiel</p> <p>Spiele ohne Druckbedingungen („Federball“)</p> <p>Spiele unter Druckbedingungen (z.B. Zeitdruck, Komplexitätsdruck, Belastungsdruck)</p> <p>Gefühle im Sport</p>	<p>kontinuierlicher Wechsel zwischen homogene und heterogene Spielpaarungen zur Erhöhung der Druckbedingungen und Beeinflussung emotionaler Zusätze</p> <p>„künstliche“ Erhöhung von Druckparametern</p> <p>Reflexion von Gefühlszuständen während des Spiels (Freude, Frustration, Angst)</p> <p>Kaiserball-Turniere</p> <p>Zielscheibe</p>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Was motiviert Menschen zum Sporttreiben? (Sport in der gymnasialen Oberstufe, Meyer, Lektion 10)</p> <p>Motive im Sport nach Gabler, 2002</p> <p>Motivtendenzen nach Schmalt und Heckhausen, 2010</p> <p>Ablauf eines Motivprozesses nach Gabler, 2004</p> <p>emotionale (Stress-) Reaktionen im Sport bzw. in den Sportspielen</p> <p>Umgang mit Sieg und Niederlage</p>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung • MEISTER-MODELL <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration des Zielspiels • Aktive Teilnahme in Reflexionsphasen • evtl. kurze Impuls-Referate 	<p>Badminton in Dänemark</p>
---	--	---	---	------------------------------

<p>Jahrgangsstufe: EF</p>	<p>Dauer des UVs: 16</p>	<p>Nummer des UVs im BF/SB: 7.2</p>
----------------------------------	---------------------------------	--

Thema des UV: „Ich traue euch das zu!“ – Planung, Durchführung und Evaluation eines kursinternen und differenzierten Basketballturniers	
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben MK <ul style="list-style-type: none"> sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). UK <ul style="list-style-type: none"> die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
-----------------------------------	-----------------------------------	--	----------------------------	--

<p>Spielformen in Kleingruppen: 3:3 (Streetball)</p> <p>eigenständige Organisation von Spielformen (auch zur Techniküberprüfung)</p> <p>Entwicklung von Gruppentaktiken für den Angriff und die Abwehr mithilfe von Taktikboards (alternativ: DinA4 Blatt, Tablet...)</p> <p>Durchführung von Turnierformen ohne die Hilfe der Lehrkraft</p> <p>[evtl. Integrative Spiel- und evtl. Übungsreihen zur Technik (Dribbeln, Korbleger, Standwurf, Sternschritt etc.)]</p> <p>Regelveränderungen zur Simplifizierung und Komplexitätsreduktion</p>	<p>SuS als Experten</p> <p>Differenzierung durch Übungsreihen</p> <p>offene Aufgabenstellungen: „Nächste Woche werden wir ein Kursturnier veranstalten. Ihr habt 45 Minuten Zeit dieses Turnier zu planen.“</p> <p>Rollenverteilung: Lehrkraft, Coach, Schiedsrichter, Aufschreiber, Aufbauspieler...</p> <p>Schüler als Lehrkraft</p> <p>Schüler als Turnierleitung</p>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Erfolgreiche Moderation und Führen von Gruppen</p> <p>Genetisches Lernen (Digel, Loibl, Wurzel)</p> <p>Regeltypen und deren Veränderungen in den Sportspielen (z.B. Raum-, Zeit-, Personal-, Materialregeln)</p>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung • MEISTER-MODELL • Beitrag zum Gelingen des Gruppenziels • Auftreten und Verhalten im Gruppen und Arbeitsprozess <p><u>punktuell:</u></p> <p>Prüfungsstunde = Turnier</p>	<p>Nationalsportart Basketball in Litauen – Impulsreferate</p>
---	--	--	---	--

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 7.3
Thema des UV: „Lernen kann man alles – Man muss nur wissen wie!“ – Einführung komplexer Volleyballtechniken anhand der Ganzheits-, Teillern- und Ganz-Teil-Ganz-Methode zur Vertiefung der Spielfähigkeit im Sportspiel Volleyball		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden. • Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden, 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Lernwege (u. a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben MK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Hilfen (z. B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden UK <ul style="list-style-type: none"> • en Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen. 	

Jahrgangstufe 12/13
(Q1/Q2)

Kursprofil 1 (Leichtathletik + Volleyball)

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ (BF/SB 7) wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

Vertieft:

- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, **Volleyball**) oder
- Partnerspiele – Einzel und Doppel (z. B. **Badminton**, Tennis, Tischtennis)

Ergänzend:

- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, **Beach-Volleyball**, Flag-Football)

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ (BF/SB 3) wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

Vertieft:

- Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß
- Formen ausdauernden Laufens (z. B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)

Ergänzend:

- Historische leichtathletische Bewegungsformen und Wettbewerbe

Folgende zwei Inhaltsfelder werden im Sinne einer Akzentuierung umfassend in allen inhaltlichen Schwerpunkten thematisiert:

d - Leistung

e - Kooperation und Konkurrenz

Q1.1: UV 1

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	<p>Formen ausdauernden Laufens</p> <p>Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen</p>	f – Gesundheit d - Leistung	Q1	20 - 24 Std.	<p>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)</p> <p>Trainingsplanung und –organisation (d), z. B. Trainingsprinzipien, -methoden und –formen im Ausdauer und Kraftbereich; konditionelle Fähigkeiten</p> <p>Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungerscheinungen (d)</p>	<p>Der Fitnesshype in Europa und der Welt – Schwappt eine Gesundheits- und Fitnesswelle über Europa hinweg?</p> <p>Sportunterricht im europäischen Vergleich – Was lernen europäische Schüler:innen im Sportunterricht?</p> <p>Populäre europäische Dopingfälle</p>

Titel des UV: Jeder trainiert anders – Verbesserung der Ausdauerfähigkeit anhand verschiedener Trainingsmethoden

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)
- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)
- Trainingsplanung und -organisation (d)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren
- Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (f)
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (d)

Methodenkompetenz

- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (d)
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (d)

Urteilskompetenz

- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (f)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Lauferfahrungen (drinnen, draußen, Wald etc.) • Erprobung unterschiedlicher Trainingsmethoden • 3000m Lauf, 5000m • Wettkampfernährung 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einzelarbeit - Partnerläufe - Staffeln - Lerntagebuch - Trainingsplan 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stoppuhr • Pulsuhr 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • fachliche Kenntnisse über Trainingsmethoden • Anstrengungswille • Trainingstagebuch • Referate <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • 5000m Lauf • Sportabzeichen Dreikampf (100m, Weitsprung, Kugelstoßen) • Technikdemonstration Sprint ink. Tiefstart <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Zeit • Individuelle Verbesserung • Leistungsbereitschaft
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dauermethode, Intervallmethode, Intensivmethode, Wiederholungsmethode, Wettkampfmethode • Aerob / anaerob • Puls • Fitness, Ausdauer • Lang-, Mittel-, Kurzeitenausdauer 			

Q1.1: UV 2

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Volleyball	a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e – Kooperation und Konkurrenz	Q1	20 - 24 Std.	Spielvermittlungsmodelle (e), z. B. spielgemäßes Konzept, integrative Sportspielvermittlung Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a), z. B. Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen (Teillernmethode, Ganzheitsmethode, methodische Übungsreihen und methodische Prinzipien)	Volleyball als Nationalsportart in Europa (z.B. Polen)

Titel des UV: Erfolgreich am Netz –Entwicklung von Angriffs- und Blocktechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktische Spielfähigkeit

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Spielvermittlungsmodelle (e)
- Prinzipien und Konzepte motorischen Lernens (a)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (a)

Methodenkompetenz

- individualgruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. (e)

Urteilskompetenz

- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen. (a)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wiederholung / Vertiefung der Techniken Aufschlag, Pritschen, Baggern • Regelkenntnisse: Punktgewinn, Zählweise, Aufstellung, Rotation, Fehler • Festigung der Grundtechniken • Erlernen der Techniken Angriff, Block • Erlernen der Sicherung • Spielzüge: Annahme, Zuspiel, Angriff 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Voraussetzung / Festigung: genaues Zuspiel, genaue Annahme, Angriff • Bildreihen, visuelles Material zu Angriff/Block; • Kriterien geleitete Partnerkorrekturen zur Technikschiung • Klassisches 3er-Spiel in PA: Schlag, Annahme, Zuspiel, Schlag usw. • Methodische Übungsreihe • Spielformen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Volleybälle • Ggf. Spezialbälle / Technikbälle (schwerer Ball für oberes Zuspiel, kleiner Ball für genaueres Baggern (Pritschen)) • Spielfeld 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Fortschritt <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Einfache Spielformen 2 mit 2 oder 2 mit 3 • Demonstration, Anwendung (taktisches Verhalten) im Zielspiel • Schriftl.: Regeln, Bewegungsbeschreibungen
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stemmschritt • Block- / Angriffssicherung • Regeln: In, Out, Touchiert, Gehoben / Geführt, Doppelberührung, Netzberührung, Übergetreten, Hinterfeld 			<p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität • Technikausführung

Tipp: <http://www.wvv-volleyball.de/schulsport/sportunterricht.html>

Q1.2: UV 3

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)	Aktionsmöglichkeiten aus dem Bereich Gymnastik	b - Bewegungsgestaltung	Q1	12 - 16 Std.	Gestaltungskriterien, z.B. qualitative Bewegungsmerkmale (nach Meinel/Schnabel)	

Titel des UV: BallKoRobics – Volleyball mal anders - Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic-Schritte in Kombination mit Arm-Ball-Bewegungen.

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gestaltungskriterien (b)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (b)

Methodenkompetenz

- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (b)

Urteilskompetenz

- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rhythmusschulung • Wdhl. Aerobicschritte • Choreographie erarbeiten • Kenntnisse über Gestaltungskriterien • Schülergeleitetes Aufwärmen • Technik: den Volleyball im unteren / oberen Zuspiel hochhalten • Koordinationsschulung 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationen • Partner-, Gruppenarbeit • Einsatz von Musik • Kriteriengeleitete Selbst- und Fremdevaluation mithilfe von Evaluationsbögen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Musik • Volleybälle 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Anstrengungsbereitschaft <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation der Choreographie (Video) <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Schweregrad • Bewegungsqualität • „Fehler“ • Synchronität • Kreativität • Übergänge • Formation / Aufstellung • Raumwege
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aerobic: Marching, TAP Front, Step Touch, Double Step Touch, V-Step, Grapevine, Mambo, Out In, Plié Touch ... 			

Tipp: www.ballkorobics.de

Q1.2: UV 4

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf /Stoß	d – Leistung a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	Q1	14 - 18 Std.	Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a), z. B. koordinative Fähigkeiten (nach Hirtz) Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d), z. B. Ausdauer- und Kraftbereich (Aufbau und Funktionsweise des Herzkreislaufsystems und der Muskeln des Bewegungsapparates, Energiebereitstellung)	Verschiedene Europäische Speerwerfer als Vorbild für das Erlernen der eigenen Technik zum Speerwurf (EM): Videoanalyse

Titel des UV: Das ist uns neu – Eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (Speerwurf) im Hinblick auf persönlichen Erfolg und Lernweg bewerten

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)
- Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Urteilskompetenz

- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (a)

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u. a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (d)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ergänzend zu den leichtathletischen Disziplinen aus der Sekundarstufe I soll eine komplexere Technik erlernt werden • Dies geht einher mit der Schulung des Verständnisses dafür, dass körperliche Voraussetzungen im Sport leistungslimitierend sein können • Formen relativer Leistungsmessung sind daher denkbar 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lernen am Vorbild / durch Imitation • Bildreihen • Partnerkorrekturen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Speer • Maßband • Thera-Band 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sichere Beherrschung der technischen Elemente • Ausführungsqualität • Qualität der Technik (Entwicklung, Lernfortschritt) • <u>punktuell:</u> • Technikabnahme in der gewählten Disziplin • evtl. Leistungsüberprüfung im Rahmen eines leichtathletischen Mehrkampfes
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wurfauslage, Armrückführung • Auftaktschritt, Impulsschritt, Stemmschritt • Fünf-Schritt-Rhythmus • Daumen-Mittelfinger-Griff, Daumen-Zeigefinger-Griff, Zangengriff 			<p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Technische Ausführung der Bewegung (z.B. Speerwurf: Wurfauslage, Stemmschritt, Fünf-Schritt-Rhythmus etc.) • Bewertung laut Leistungstabelle

Q1.2: UV 5

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Alternative Spiele und Sportspielvarianten – Beach-Volleyball	e - Kooperation und Konkurrenz	Q1	12 - 16 Std.	Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e), z. B. Regeln im Sport (Systematik nach Digel), Auswirkungen von Regeländerungen in Sportspielen	Europäische Küsten und Urlaubsorte: Einfluss von kommerziellen Sportangeboten auf die Umwelt in Europa (inklusive Entwicklung von nachhaltigen Ideen zur Vermeidung von Umweltverschmutzung bzw. -zerstörung

Titel des UV: Beachvolleyball – Von der Halle in den Sand – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (e)

Methodenkompetenz

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (e)

- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen (e)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelkenntnisse / Unterschiede HallenVB: 2 gegen 2; Spielfeldgröße: 8m x 8m; Überquerung der Netzes nicht im oberen Zuspiel (Pritschen); „Führen“ des Balles im oberen Zuspiel erlaubt; Zählweise, Sätze, Sieg • Auswirkungen des Untergrunds Sand auf die Spielfähigkeit • Einführung Hechtbagger • Taktik 2:2; Absprache Block und Abwehr (Feldeinteilung) 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele / Übungen im Sand • Voraussetzung / Festigung: genaues Zuspiel, genaue Annahme, Angriff • Methodische Übungsreihe • Spielformen, Spielreihen • „Trainer-/ Coachrolle“ 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beachvolleybälle • Beachvolleyballanlage • Sonnenschutz 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u></p> <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Fortschritt • Taktisches Verständnis <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration im Zielspiel • einfache Spielformen 2 mit 2 oder 3 mit 3 <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Technik: Annahme, Zuspiel, Angriff, (Block) • Erfolg im Spiel • Absprache im Team • Feldeinteilung sinnvoll? • Theoretisches Wissen zu Taktik, Regeln
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Longline • Cross • Skyball 			

Q2.1: UV 6

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf /Stoß	a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	Q2	16 – 20 Std.	Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a), z. B. Lernstufen nach Meinel/Schnabel Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a), z. B. funktionelle Bewegungsanalyse (nach Göhner), biomechanische Prinzipien (nach Hochmuth)	Einen Hürdenlauf-Wettbewerb analysieren: Leichtathletik-EM

Titel des UV: **Hürdenlauf – Wir laufen technisch sauber über Hürden**

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens(a)
- Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (a)
- Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernen beschreiben (a)

Urteilskompetenz

- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (a)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ergänzend zu den leichtathletischen Disziplinen aus der Sekundarstufe I soll eine komplexere Technik erlernt werden • Dies geht einher mit der Schulung des Verständnisses dafür, dass körperliche Voraussetzungen im Sport leistungslimitierend sein können 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lernen am Vorbild / durch Imitation • Bildreihen • Partnerkorrekturen • Phasenstruktur • Videoanalyse 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hürden • Maßband • Kamera 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausführungsqualität • Qualität der Technik (Entwicklung, Lernfortschritt) <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • 100 bzw. 110m Hürdenlauf • Technikdemonstration 4-5 Hürden
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hürde • Beschleunigungsabschnitte, Hürdenschritt, Zwischenhürdenlauf • Drei-Schritt-Rhythmus • Schwungbein, Nachziehbein • Zyklisch • Vorwärtsdrehimpuls 			<p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Technische Ausführung der Bewegung (z.B. Schwungbein, Nachziehbein.)

Q2.1: UV 7

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Volleyball	e - Kooperation und Konkurrenz c – Wagnis und Verantwortung	Q2	16- 20 Std.	Spielvermittlungsmodelle (e), z. B. Taktik-Spiel-Modell Fairness und Aggression (e) Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c), z. B. Angst und Stress im Sport	

Titel des UV: Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung eines Läufersystems (2:4) zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)
- Fairness und Aggression im Sport (e)
- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (e)
- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (c)

Methodenkompetenz

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (e)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfergebnisse erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen (e)

Urteilskompetenz

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (e)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einführung in feste Positionen (Außenangriff (4), Mittelblock (3), Zuspiel (2) als taktische Alternative • Erarbeitung der Laufwege • (Spielfeldeinteilung bei der Annahme / Abwehr) • Ursachen für Misserfolge erkennen • Spielregeln, Spielfeldeinteilung • Netzaufbau • Läuferssystem 2:4 • lange 6 vs. kurze 6 • Blockvarianten (longline, cross, Einer-, Zweier-, Dreierblock) 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Voraussetzung: genaues Zuspiel, genaue Annahme, Angriff • Klassisches 3er-Spiel in PA: Schlag, Annahme, Zuspiel, Schlag usw. • Übungsform in GA auf einer Spielfeldhälfte, alle Positionen sind besetzt: Schlag von 3/ 4 auf 1/ 5/ 6, Annahme auf 2, Zuspiel auf 3/ 4, Schlag auf 1/ 5/ 6 usw. 	<p>Gegenstände</p> <p>Volleybälle Netz Antennen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fachpraktische Prüfung <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • komplexe Spielform 5:5 mit vorgegeben Spielzügen • 6:6 Wettkampfspiel <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikdemonstration: Pritschen, Baggern, Aufschlag, Angriff, Block • Wettkampfspiel • Schriftliche Überprüfung: Regeln, Bewegungsbeschreibung, taktisches Verhalten <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Erfolg im Spiel • Absprache, Feldeinteilung • positionsbezogene Aufgaben • Theoretisches Wissen zu Positionen, Taktik, Regeln
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Läufer“ • Sicherung (Angriff und Block) • Zuspiel, Abwehr, Annahme, Position I, II, III, IV, V, VI • Hinterfeld • Spielfeldeinteilung („kurze“ / „lange“ 6) 			

Viele gute Tipps auch auf: <http://www.wvv-volleyball.de/schulsport/sportunterricht.html>

Q2.2: UV 8

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	d – Leistung a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	Q2	16 - 20 Std.	<p>Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a), z. B. funktionelle Bewegungsanalyse (nach Göhner), biomechanische Prinzipien (nach Hochmuth)</p> <p>Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d), z. B. Ausdauer- und Kraftbereich (Aufbau und Funktionsweise des HKS und der Muskeln des Bewegungsapparates, Energiebereitstellung)</p>	

Titel des UV: Höher und immer höher – über historische Hochsprungformen zum Flop

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)
- Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten
- einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen (als Abschluss LA)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Urteilskompetenz

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (d)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletische Sprungdisziplinen auf einem erweiterten technisch-koodinativen Fertigkeitensniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern • Dies geht einher mit der Schulung des Verständnisses dafür, dass körperliche Voraussetzungen im Sport leistungslimitierend sein können • Formen relativer Leistungsmessung sind daher denkbar • Historische Sprungformen 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analysieren und Erläutern der grundlegenden Merkmale der leichtathletischen Disziplin Hochsprung • Erproben und Festigen einer historischen Sprungform • Selbstständig Übungen entwickeln, die sich zur Steigerung von Anlaufgeschwindigkeit und Verbesserung der speziellen Sprungkraft eignen • Erproben selbstentwickelter Übungen • Welche biomechanischen Ansprüche werden an eine gute Technik gestellt und wie lassen sich diese umsetzen? • Lernen am Vorbild / durch Imitation • Bildreihen • Partnerkorrekturen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hochsprunganlage • Kästen etc. für Sprungübungen 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration • Ggf. Schriftliche Überprüfung <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sichere Beherrschung der technischen Elemente • Ausführungsqualität • Qualität der Technik (Entwicklung, Lernfortschritt) • Leistungsbereitschaft <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikdemonstration • Leistungsüberprüfung <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Technische Ausführung der Bewegung • Bewertung laut Leistungstabelle • Bewertung in Relation zur Körpergröße
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anlauf (Flop: Steigerungslauf, Impulskurve) • Absprung (Flop: Schwungbein, Sprungbein) • Flugphase (Flop: Steigphase, Lattenüberquerung) • Landung (Flop: L-Position) 			

Q2.2: UV 9

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	Leistungsüberprüfung
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	s. UV 1, 4, 6, 8	d - Leistung	Q2	4 – 8 Std.	s. UV 1, 4, 6, 8	Dreikampf 100m, Weitsprung, Kugelstoßen

Titel des UV: Wiederholung abiturrelevanter Themen und Inhalte aus dem Sportbereich „Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik“

Q2.2: UV 10

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	s. UV 2, 3, 5, 7	e - Kooperation und Konkurrenz	Q2	4 – 8 Std.	s. UV 2, 3, 5, 7

Titel des UV: Wiederholung abiturrelevanter Themen und Inhalte aus dem Sportbereich „Volleyball“

Kursprofil 2 (Fitness + Basketball)

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ (BF/SB 7) wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

Vertieft:

- **Mannschaftsspiele (Basketball)**

Ergänzend:

- **Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (Street-Variationen)**

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**“ (BF/SB 1) wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 32):

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

Folgende zwei Inhaltsfelder werden im Sinne einer Akzentuierung umfassend in allen inhaltlichen Schwerpunkten thematisiert:

- **f – Gesundheit**
- **e - Kooperation und Konkurrenz**

Q1.1: UV 1

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)	1) Formen der Fitnessgymnastik; 2) Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung; 3) Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden	f – Gesundheit d – Leistung	Q1	20-24 Std.	<p>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)</p> <p>Gesundheitskonzepte unter dem Aspekt des sportlichen Handelns (f)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine Grundlagen zu Sport und Gesundheit • Risikofaktorenmodell • Salutogenese Modell • Gesundheitstraining <p>Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausdauer- und Kraftbereich (Aufbau und Funktionsweise des Herz-Kreislauf-Systems und der Muskeln des Bewegungsapparates, Energiebereitstellung) 	<p>Der Fitnesshype in Europa und der Welt – Schwappt eine Gesundheits- und Fitnesswelle über Europa hinweg?</p> <p>Gesundheitsbegriff und Lebensweisen von Europäern (Lebenserwartung, physische und psychische Gesundheit, Ziele des Sportunterrichts in den einzelnen Ländern)</p> <p>WHO – World Health Organization: Die „Gesundheitszentrale der Welt“ in Genf</p>

Titel des UV: Be fit- Gesund und effektiv trainieren

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)
- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)
- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (d)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen (1)
- selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (3)
- unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden (4)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (f) (1)
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (f) (2)

Methodenkompetenz

- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (f) (1)
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (d) (2)

Urteilskompetenz

- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (f) (1)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kenntnisse über den Bewegungsapparat: Muskeln, Gelenke: Funktionsweise • Trainierbarkeit von Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit • Aufbau von Training / Trainingsprinzipien • Ganzheitliches Training • Korrekte Übungsausführung • Entwicklung von Trainingsprogrammen und Übungsalternativen • Ausführen versch. Dehnmethoden und -übungen 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationsarbeit / Zirkeltraining • Partnerarbeit: Kontrolle, Hilfestellung, Motivation, „Trainer“ • Laufzettel / Lerntagebuch • Trainingsprotokolle 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fitnessstudio • Fitnessgeräte (Ausdauer, Kraft) • Kleingeräte, z. B. Thera-Band, Kettlebell • Gymnastikmatte 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Aktivität • Beteiligung in kognitiven Phasen • Gestaltung eines Warm-ups <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration / Erläuterung eines gesundheitsorientierten Fitnessstrainings mit versch. (Klein-) Geräten • Bewegungskonzept <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Korrekte Bewegungsausführung /-anleitung • Theoretische Kenntnisse • Sinnvoller / funktionaler Trainingsplan?
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fitness, Gesundheit • Muskeln, Gelenke, Muskelkontraktion • Training: Funktionalität, Wiederholungszahl, Satz, statisch, dynamisch, aerob, anaerob, Puls, Herz-Kreislauf, Dysbalance • Dehnen: statisch, dynamisch, CR-Stretching 			

Q1.1: UV 2

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Alternative Spiele und Sportspielvarianten – Street-Basketball	e - Kooperation und Konkurrenz c- Wagnis und Verantwortung	Q1	20-24 Std.	Fairness und Aggression im Sport (e) Sportspielvermittlungsmodelle (e): <ul style="list-style-type: none"> • Digelsche Regelschema • Auswirkungen von Regeländerungen in Sportspielen 	Wird Europa amerikanisiert? – Sportliche Trends/Sportspiele und deren Einfluss auf und in Europa

Titel des UV: Street-Basketball – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante (taktisches Verhalten im Spiel 3:3)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Spielvermittlungsmodelle (e)
- Fairness und Aggression im Sport (e)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen. (3)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (e) (1)
- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (c) 1

Methodenkompetenz

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (e) (1)

- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen (e) (2)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelkenntnisse / Unterschiede Hallen- und Street-BB: • Evtl. Auswirkungen des Untergrunds Beton und der Wetterbedingungen auf die Spielfähigkeit • Taktik: auf einen Korb; Wechsel zw. Angriff und Abwehr • Erlernen individual- und gruppentaktischer Maßnahmen: 1:1 2:2 – Give and go, Block stellen 3:3 Give and go mit Ersetzen, indirekter Block 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppen: Kleine Spiele • Voraussetzung / Festigung: genaues Passen, Korbwurf, Korbleger, Abwehrverhalten • Methodische Übungsreihe • Spielformen, Spielreihen • „Trainer-/ Coachrolle“ 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Basketbälle 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Fortschritt • Taktisches Verständnis <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration im Zielspiel • 1:1/3:3 Spielformen <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Technik: Passen, Fangen, KW, KL • Erfolg im Spiel • Absprache im Team • Abwehr- und Angriffsverhalten • Theoretisches Wissen zu Taktik, Regeln
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Freiwurf • In, out • Foul • Rebound • Block • Give and go 			

Q1.2: UV 3

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)	Aktionsmöglichkeiten aus dem Bereich Gymnastik	b - Bewegungsgestaltung	Q1	12 - 16 Std.	Gestaltungskriterien (b): <ul style="list-style-type: none"> • qualitative Bewegungsmerkmale nach Meinel/Schnabel) • KAR Modell 	

Titel des UV: BallKoRobics - Basketball mal anders - Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic-Schritte in Kombination mit Arm-Ball-Bewegungen.

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gestaltungskriterien (b)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (1)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (b) (1)

Methodenkompetenz

- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neugestalten) unterscheiden (b) (1)

Urteilskompetenz

- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b) (1)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rhythmusschulung • Wdhl. Aerobicsschritte • Choreographie erarbeiten • Kenntnisse über Gestaltungskriterien • Schülergeleitetes Aufwärmen • Technik: den Volleyball im unteren / oberen Zuspiel hochhalten • Koordinationsschulung 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationen • Partner-, Gruppenarbeit • Einsatz von Musik • Kriteriengeleitete Selbst- und Fremdevaluation mithilfe von Evaluationsbögen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Basketbälle • Musik 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Anstrengungsbereitschaft <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation (Video) <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Schweregrad • Bewegungsqualität • „Fehler“ • Synchronität • Kreativität • Übergänge • Formation / Aufstellung • Raumwege
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aerobic: Marching, TAP Front, Step Touch, Double Step Touch, V-Step, Grapevine, Mambo, Out In, Plié Touch ... 			<p>Klausur (evtl. ersetzt durch Facharbeit)</p>

Tipp: www.ballkorobics.de

Q1.2: UV 4

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)	Psychoregulative Verfahren zur Entspannung	f - Gesundheit	Q1	10 Std.	Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f): <ul style="list-style-type: none"> • körperliche Regeneration • psycho-vegetative Erholung 	

Titel des UV: Stress und Anspannung effektiv lösen – Prinzipien der Muskelentspannung (z.B. nach Jacobson, Atemtechniken, autogenes Training, Yoga) zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- Selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen (5)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (f) (1)

Methodenkompetenz

- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (f) (1)

Urteilskompetenz

- Positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (f) (1)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wissenserwerb über progressive Muskelentspannung nach Jacobson • Erproben und Anleiten von progressiver Muskelentspannung • Beurteilung progressiver Muskelentspannung • Erproben und Anleiten von autogenem Training • Erproben und Anleiten von Yoga-Übungen 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entspannungs-App • Schüler leiten den Unterricht 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Musik • CDs mit speziellen Hörtexten • Gymnastikmatten 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • GA: Referat • Gestaltung einer Entspannungseinheit <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Beteiligung an kognitiven Phasen <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Referate • Durchführen / Anleiten
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stress, Anspannung, Entspannung • Progressive Muskelentspannung nach Jacobson • Autogenes Training • Yoga • Atemtechniken (z.B. Bauchatmung) 			<p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität des Referats • Qualität der Anleitung

Q1.2: UV 5

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Basketball	a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz	Q1	20-24 Std.	Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): <ul style="list-style-type: none"> • Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen (Teillernmethoden, Ganzheitsmethode, methodische Übungsreihe und methodische Prinzipien) • Lernstufen nach Meinel/Schnabel Spielvermittlungsmodelle (e)	Basketball als Nationalsportart in Europa (z.B. Litauen)

Titel des UV: Als Mannschaft zum Erfolg – Durch gruppentaktische Maßnahmen erfolgreich im Basketball angreifen

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Spielvermittlungsmodelle (e)
- Prinzipien und Konzepte motorischen Lernens (a)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (1)
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen (2)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (a) (1)

Methodenkompetenz

- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (e) (2)

Urteilskompetenz

- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (a) (1)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einführung in feste Positionen (Point Guard, Shooting Guard, Small forward, Power Forward, Center) • Erarbeiten von taktischen Spielzügen gegen die Abwehrsysteme (z. B. Give and go; Pick and roll) unter Berücksichtigung der Positionen • Ausnutzen von Überzahlsituationen • Schnellangriff • Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten • Erarbeiten von Kriterien eines effektiven Spielzugs unter Berücksichtigung der körperlichen und motorischen Voraussetzungen • Ursachen für Misserfolge erkennen 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Progressive Spielformen und Übungsreihen • Gruppenarbeit • Gegenseitige Korrekturen bzgl. taktischem Verhalten 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Basketbälle • Körbe 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • individuelle Entwicklung • Reaktionsbereitschaft • Verhalten in Gruppenarbeit (Übernahme von Beobachtungs- und Feedback-Aufgaben) <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Anwenden taktischen Verhaltens im Zielspiel 5:5 • Schriftliche Überprüfung: taktisches Verhalten: Spielzüge im Angriff • Demonstration <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Effektivität, Variabilität der Spielzüge • Einhalten, Erledigen positionsspezifischer Aufg.
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Block, Offense, Defense • Wdhl.: Korbwurf, Korbleger, Stoppen, Sternschritt, Passen, Dribbling, Positionen, Foul • Abwehrsysteme: Mann-Mann-Verteidigung, Zonenverteidigung, Überzahl • Give and go • Pick and Roll 			

Tipp: <http://www.basketball-in-der-schule.de>

Q2.1: UV 6

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)	Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen	d – Leistung f – Gesundheit	Q2	20 Std.	<p>Trainingsplanung und –organisation (d):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trainingsprinzipien, -methoden und –formen im Ausdauer- und Kraftbereich • Konditionelle Fähigkeiten • Trainingsplangestaltung <p>Verfahren zur Leistungsdiagnostik (d)</p> <p>Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f):</p> <ul style="list-style-type: none"> • zielgerichtetes Training der sportartspezifischen aeroben/anaeroben Ausdauer • Herz-Kreislaufsystem/Atmung 	<p>Sportunterricht im europäischen Vergleich – Was lernen europäische Schüler:innen im Sportunterricht?</p> <p>Populäre europäische Dopingfälle</p>

Titel des UV: Wie fit bist Du? Entwicklung eines Trainingsprogramms zur Steigerung der individuellen aeroben Ausdauer

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)
- Trainingsplanung und -organisation (d)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten (2)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (f) (2)

Methodenkompetenz

- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (f) (1)
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (d) (1)
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (d) (2)

Urteilskompetenz

- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (f) (1)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erprobung unterschiedlicher Laufumgebungen: Halle, Sportplatz, Wald, Park • Erprobung Fitnessparcours Stadtwald • Entwicklung von Fitnessstationen zur Steigerung der individuellen Ausdauer • Erproben von neuen Trends im Fitnessbereich: Tschabata, Zumba, Fitness-Apps • Durchführen von „Fitnesskursen“: Aerobic, Steppaerobic, etc. • evtl. Schwimmen 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationsarbeit / Zirkeltraining • Partnerarbeit: Kontrolle, Hilfestellung, Motivation, „Trainer“ • Laufzettel / Lerntagebuch • Trainingsprotokolle • Fitness-App 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Musik • Gymnastikmatten • Kleingeräte • Hanteln • Trainingsprotokoll • Ggf. Pulsuhr 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Leistungssteigerung • Ausführungsqualität der Übungen • Beteiligung an kognitiven Phasen <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Referate • 5000m Lauf <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität des Referats • Zeit laut Tabelle • Leistungssteigerung
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aerob, anaerob • Trainingsprinzipien: Prinzip des trainingswirksamen Reizes, P. der optimalen Relation von Belastung und Erholung, P. der individualisierten Belastung, P. der ansteigenden Belastung, etc. • Gesundheit, Fitness • Puls, Borg-Skala • Trainingsbereiche / Intensitätsbereiche: REKOM (Regeneration, Kompensation), Grundgenausdauer, Kraftausdauer, wettkampfspezifische Ausdauer • Trainingsmethoden: Dauer-, Intervall-, Wiederholungs- und Wettkampfmethode 			

Q2.2: UV 7

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Bezug	thematische Einbindung von Europaaspekten
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Basketball	e – Kooperation und Konkurrenz	Q2	20 Std.	Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): <ul style="list-style-type: none"> Fairness und Aggression 	

Titel des UV: Erfolgreich in der Abwehr – Spielgemäße Entwicklung von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeit im Basketball

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (1)
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (2)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (e) (1)

Methodenkompetenz

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (e) (1)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen (e) (2)

Urteilskompetenz

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (e) (1)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Voraussetzung: Korbwurf, Korbleger, Stoppen, Sternschritt, Passen, Dribbling; Regelkenntnisse • Wdhl.: Verteidigungsgrundhaltung und -bewegung • Erarbeiten und Vergleich der Mann-Mann- und Zonen-Verteidigung • Erlernen individual- und gruppentaktischer Maßnahmen: <ul style="list-style-type: none"> 1:1 2:2 – Give and go, Block stellen 3:3 Give and go mit Ersetzen, indirekter Block • Positionsbezogene Aufg. 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bildreihen, visuelles Material zu Block; Abwehrformationen • Kriterien geleitete Partnerkorrekturen zum Abwehrverhalten • Spielformen • Methodische Übungsreihe • Zielspiel 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Basketball • Spielfeld 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fachpraktische Prüfung <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Fortschritt <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration, Anwendung (taktisches Abwehrverhalten) im Zielspiel: Mann- vs. Raumdeckung) • Spiel 5:5
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Block, Offense, Defense • Wdhl.: Korbwurf, Korbleger, Stoppen, Sternschritt, Passen, Dribbling, Positionen, Foul • Abwehrsysteme: Mann-Mann-Verteidigung, Zonenverteidigung • Give and go 			<p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Erfolgreich in der Abwehr?

Q2.2: UV 8

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)	Formen der Fitnessgymnastik	c – Wagnis und Verantwortung d- Leistung f – Gesundheit	Q2	20 Std.	<p>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Angst und Stress im Sport <p>Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns (c):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motive im Sport (nach Gabler) • Leistungsmotivationstheorie (nach Heckhausen) <p>Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zielgerichtetes Training der sportartspezifischen aeroben/anaeroben Ausdauer 	Vergleich von Körperidealen in Europa und der Welt

Titel des UV: Der digitale Trainer – Erprobung von mediengestützten Trainingsprogrammen (z.B. Fitness-Apps, Internet-Tutorials)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)
- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen (1)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (f) (2)

Methodenkompetenz

- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (f) (1)
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (d) (1)

Urteilskompetenz

- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (f) (1)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erprobung unterschiedlicher Fitness-Apps (wie z.B. Freeletics, 7-Minuten-Workout) • Erprobung von Internet-Tutorials (Youtube) • Erstellung eines Fitness-Tutorials (Video) für ein ganzheitliches Training unter Anwendung bereits gelernter Trainingsprinzipien (siehe UV1) • 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationsarbeit / Zirkeltraining • Partnerarbeit: „Trainer“ • Lerntagebuch/Trainingsprotokolle • Fitness-Apps • Internet-Tutorials • Einbezug von digitalen Medien 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Musik • Gymnastikmatten • Kleingeräte • Hanteln • Trainingsprotokoll • Smartphones/Videokamera 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • GA: Präsentation • digitale Trainingsplangestaltung <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Ausführungsqualität der Übungen • Beteiligung an kognitiven Phasen <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Referate • Partner-/Gruppenprodukt
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kameraeinstellungen • Präsentationstechniken: Moderation, Bewegungsbeschreibung, -analyse, Demonstration • Gesundheit, Fitness 			<p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität des Referats • korrekte und verständliche Anleitung der Übungen im Tutorial • sinnvolle Anordnung der Übungen im Hinblick auf Progression • Motivationscharakter

Q2.2: UV 9

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	Lernerfolgsüberprüfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)	s. UV 1, 4, 6, 8	f- Gesundheit	Q2	8-10 Std.	s. UV 1, 4, 6, 8	800m Schwimmen 5000m Lauf	siehe UV1, 4, & und 8

Titel des UV: Wiederholung abiturrelevanter Themen und Inhalte aus dem Sportbereich „Fitness“ (Schwerpunkt: Schwimmen)

Q2.2: UV 10

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	s. UV 2, 3, 5, 7	e - Kooperation und Konkurrenz	Q2	4 – 8 Std.	s. UV 2, 3, 5, 7	siehe UV 2, 3, 5 und 7

Titel des UV: Wiederholung abiturrelevanter Themen und Inhalte aus dem Sportbereich „Basketball“

Kursprofil 3 (Gymnastik/Tanz + Zielschusspiel Fußball)

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ (BF/SB 7) wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

Vertieft:

- Mannschaftsspiel Fußball

Ergänzend:

- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Futsal und BallKoRobics)

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste**“ (BF/SB 6) muss keine Akzentuierung erfolgen, da alle inhaltlichen Kerne obligatorisch sind (vgl. KLP S. 35):

- **Gymnastik**
- **Tanz**
- **Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste**

Folgende zwei Inhaltsfelder werden im Sinne einer Akzentuierung umfassend in allen inhaltlichen Schwerpunkten thematisiert:

b - Bewegungsgestaltung

e - Kooperation und Konkurrenz

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ (BF/SB 7) kann jeweils zwischen UV A und UV B ausgewählt werden.

Q1.1: UV 1

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Fußball	e - Kooperation und Konkurrenz d – Leistung	Q1	20-24 Std.	Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten <ul style="list-style-type: none"> - Regeln im Sport (Digel) - Auswirkungen von Regeländerungen in Sportspielen Spielvermittlungsmodelle <ul style="list-style-type: none"> - spielgemäßes Konzept - integrative Sportspielvermittlung - Taktik-Spiel-Modell Trainingsplanung und Organisation <ul style="list-style-type: none"> - Trainingsprinzipien, -methoden, und formen im Ausdauer- und Kraftbereich - Konditionelle Fähigkeiten 	<p>Geschichtliche Aspekte der Sportart Fußball (Ursprung, Entwicklung, Varianten)</p> <p>Fußball als Nationalsportart in einzelnen europäischen Staaten – Wahrnehmung der Bevölkerung</p> <p>Fußball – eine Sportart verbindet Europa</p>

Titel des UV: Einer für alle – durch Verbesserung der individuellen (taktischen) Spielfähigkeit zum Mannschaftserfolg im Fußball beitragen

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)
- Trainingsplanung und – organisation (d)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (e)

Methodenkompetenz

- individual-,gruppen-und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (e)

Urteilskompetenz

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (e)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Voraussetzung / Vertiefung: Ballannahme, Dribbling, Pass- / Schusstechniken, Regelkenntnisse • Zweikämpfe, Umspielen • Freilaufen, Anbieten • Finten • Aktives und passives Spielverhalten verbessern 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spiel- und Übungsformen • Stationen • Partner- und Gruppenarbeit • Kriterien geleitete Beobachtungsbögen • Zielspiel 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fußbälle • Spielfeld • Tore • Leibchen • Pylonen 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Fortschritt <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration, Verhalten im Zielspiel • Schriftl.: Beschreibung individueller Verhaltensweisen <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität des aktiven und passiven Spielverhalten
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Finten • Freilaufen • Drop Kick • Abseits 			

Q1.1: UV 2

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)	Tanz	b - Bewegungs-gestaltung	Q1	12-16 Std.	Gestaltungskriterien Qualitative Bewegungs-merkmale (nach Meinel/Schnabel)	Come together: Eurovision-Flashmob (Madcon – Glow)

Titel des UV: Tanzformen unserer Zeit- Flashmob Dance- Erarbeitung und Bewertung eines eigenen Flashmobs

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Gestaltungskriterien

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren,
- selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (b)

Methodenkompetenz

- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden

Urteilskompetenz

- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rhythmusschulung • Tänzerische Grundformen: laufen, gehen, springen, etc. • Mini-Choreographien • Internetrecherche • Gestaltung eines Gruppenflashmobs 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partner- und Gruppenarbeit • Demonstration und Imitation von Videomaterial • Referat: historische Entwicklung von Flashmob Dance • Kostümierung 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Musik • Videos • Beamer 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Videoanalyse • Beobachtung • Beteiligung in kognitiven Phasen
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertungskriterien, Gestaltungskriterien (Synchronie, Raum, Zeit, Dynamik, Bewegungsqualität) • Flashmob 			<p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation des Tanzes • Referat <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Alltägliche Situation • Gruppen / Massentanz • Wellenartige Bewegung • Einfache Bewegung • Kreativität

Q1.2: UV 3

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)	Aktionsmöglichkeiten aus dem Bereich Gymnastik	b - Bewegungsgestaltung	Q1	12-16 Std.	Gestaltungskriterien - Qualitative Bewegungsmerkmale (nach Meinel/Schnabel) Improvisation und Variation von Bewegungen	

Titel des UV: BallKoRobics – „Fußball einmal anders“ - Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic-Schritte in Kombination mit Hand-Fuß-Ball-Bewegungen.

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gestaltungskriterien (b)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Kriterien erläutern (b)

Methodenkompetenz

- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (b)

Urteilskompetenz

- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Gestaltungsaspekte beurteilen (b)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rhythmusschulung • Wdhl. Aerobicsschritte • Choreographie erarbeiten • Kenntnisse über Gestaltungskriterien • Schülergeleitetes Aufwärmen • Technik: den Volleyball im unteren / oberen Zuspiel hochhalten • Koordinationsschulung 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationen • Partner-, Gruppenarbeit • Einsatz von Musik • Kriteriengeleitete Selbst- und Fremdevaluation mithilfe von Evaluationsbögen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Musik • Fußbälle 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Anstrengungsbereitschaft <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation der Choreografie • Einzel-/Gruppennote
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • High Impact, Low Impact • Zählzeiten (Takt) • Basisschritte, z.B.: Marching, TAP Front, Step Touch, Double Step Touch, V-Step, A-Step Grapevine, Mambo, Out In, Plié Touch, Leg Curl 			<p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Schweregrad • Bewegungsqualität • Synchronität • Asynchronität • Kreativität • Übergänge • (Formation / Aufstellung) • Raumwege/-ebenen • Dynamik • Zeit

Tipp: www.ballkorobics.de

Q1.2: UV 4

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp./ Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis Verbindung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)	Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste	b – Bewegungsgestaltung	Q1	20-24 Std.	Gestaltungskriterien <ul style="list-style-type: none">- Qualitative Bewegungsmerkmale (nach Meinel/Schnabel)	Gymnastische Wettbewerbe in Europa: Nutze eine Vorlage zur Nach-, Um- und Neugestaltung der eigenen Choreografie

Titel des UV: Von der Gruppenkür zur Einzelkür: Erarbeitung einer Einzelkür mit Handgeräten

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Gestaltungskriterien (b)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns - insbesondere der Improvisation – nutzen
- selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Pantomime, Bewegungstheater, Jonglieren) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein oder in der Gruppe präsentieren
- ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (b)

Methodenkompetenz

- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (b)

Urteilskompetenz

- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erprobung unterschiedlicher Handgeräte • Grundfertigkeiten der Handgeräte: schwingen, prellen, springen, etc. • Mini-Chorographien • Tanztheater / Improvisationstheater mit Handgerät • Internetrecherche • Gestaltung einer Einzelkür 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationsarbeit • Partnerarbeit • Einzelarbeit • Partnerkorrektur 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Musik • Videos • Beamer • Seil • Reifen • Band • Ball 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Videoanalyse • Beobachtung <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Referate • Präsentation • Vorbereitung und Durchführung von Unterrichtsstunden
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wettkampfrichtlinien 			<p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität des Referats • Schweregrad der Kür • Kreativität • Bewegungsfluss • Bewegungsqualität • Rhythmus • Umgang mit dem Handgerät

Q1.2: UV 5

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Fußball	a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e – Kooperation und Konkurrenz	Q1	20 Std.	Prinzipien und Konzepte des motorischen Bewegungslernen <ul style="list-style-type: none"> - Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen (Teillernmethode, Ganzheitsmethode, methodische Übungsreihen und methodische Prinzipien) - Lernstufen nach Meinel/Schnabel 	Abwehrsysteme in der Praxis (Fußball-EM)

Titel des UV: Erfolgreich in der Abwehr – Spielgemäße Entwicklung von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeit im Fußball

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)
- Prinzipien und Konzepte motorischen Lernens (a)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (a)

Methodenkompetenz

- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (e)

Urteilskompetenz

- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (a)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Voraussetzung / Vertiefung: Ballannahme, Dribbling, Pass- / Schusstechniken, Regelkenntnisse • Situationsgerechtes Defensivverhalten in Standardsituationen; in komplexen Situationen • Verhindern von Tor-schusssituationen durch Manndeckung, Raumdeckung (auch Kombination) • Orientierung zum Mann / Ball, „Übergeben“ des Spielers (Kommunikation) • Positionsgerechtes (defensives) Verhalten • Abwehrverhalten in Unterzahl • Stören vor, während, nach der Ballannahme • Umschalten nach Balleroberung • Verschiedene Spielsysteme 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bildreihen, visuelles Material zu Abwehrformationen • Kriterien geleitete Partner- / Individualkorrekturen zum Abwehrverhalten • Spielformen • Methodische Übungsreihe • Zielspiel 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fußbälle • Spielfeld • Tore • Leibchen • Pylonen 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Fortschritt <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration, Anwendung (taktisches Abwehrverhalten) im Zielspiel • Schriftl.: Abwehrbeschreibungen <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Taktisches Verständnis • Abwehrverhalten
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mann-, Raumdeckung • Spielsystem z. B. Viererkette, 4-4-2 			

Q2.1: UV 6

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Fußball	e - Kooperation und Konkurrenz c – Wagnis und Verantwortung	Q2	20 Std.	<p>Prinzipien und Konzepte des motorischen Bewegenslernen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen (Teillernmethode, Ganzheitsmethode, methodische Übungsreihen und methodische Prinzipien) - Lernstufen nach Meinel/Schnabel <p>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Angst und Stress im Sport <p>Motive, Motivation und Sinngestaltungen sportlichen Handelns</p> <ul style="list-style-type: none"> - Motive im Sport (nach Gabler) - Leistungsmotivationstheorie (nach Heckhausen) 	„Typische“ Spielzüge von Real Madrid, Bayern München und Co. analysieren und für die eigene Spielpraxis nutzen

Titel des UV: Als Mannschaft zum Erfolg – Durch gruppentaktische Maßnahmen erfolgreich im Fußball angreifen

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)
- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (e)
- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (c)

Methodenkompetenz

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (e)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen (e)

Urteilskompetenz

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (c)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erarbeiten von taktischen Spielzügen gegen die Abwehrsysteme • Herausspielen von Torschusssituationen durch Umschalten von Abwehr auf Angriff; Überzahl schaffen in Ballnähe • Ausnutzen von / Angriffsverhalten in Überzahlsituationen • Positionswechsel • Spielverlagerung • Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten • Erarbeiten von Kriterien eines effektiven Spielzugs unter Berücksichtigung der körperlichen und motorischen Voraussetzungen • Ursachen für Misserfolge erkennen 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Progressive Spielformen und Übungsreihen • Gruppenarbeit • Gegenseitige Korrekturen bzgl. taktischem Verhalten 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fußbälle • Spielfeld • Tore • Leibchen • Pylonen 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • individuelle Entwicklung • Reaktionsbereitschaft • Verhalten in Gruppenarbeit (Übernahme von Beobachtungs- und Feedback-Aufgaben) <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Anwenden taktischen Verhaltens im Zielspiel • Schriftliche Überprüfung: taktisches Verhalten: Spielzüge im Angriff <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Effektivität, Variabilität der Spielzüge • Einhalten, Erledigen positionsspezifischer Aufg.
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Versch. Systeme (z. B. 4-4-2, 5-4-1) • Pressing, Gegenpressing 			

Q2.1: UV 7

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)	Gymnastik	f – Gesundheit	Q2	16-20 Std.	Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens	Internationale Trends erobern Europa – Werden traditionelle europäische Tänze „verdrängt“?

Titel des UV: Tanz dich fit – neue (aerobe) Fitnessrends wie z.B. Zumba in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen

Inhaltliche Schwerpunkte:

- gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (f)

Urteilskompetenz

- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (f)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wissenserwerb Gesundheit / Gesundheitsförderung durch Sport / Fitness • Erproben und Bewerten verschiedener Fitnessstrends zur Steigerung der aeroben Fitness • Erfahren körperlicher Reaktionen auf Belastung • Trainierbarkeit von Ausdauer • ggf.: Dehnen – sinnvoll? • Dosierung von Trainingsintensitäten • Phasierung von Training: Aufwärmen, Hauptteil, Ausklang (Cool-Down) 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit • Partnerarbeit • Schüler leiten Unterricht an 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Musik • Gymnastikmatten 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Beteiligung an kognitiven Phasen <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Referate • Durchführen / Anleiten von Trainings • Präsentation <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität des Referats • Qualität der Anleitung / der Präsentation – angepasst an ein best. Niveau
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fitness • Aerob / anaerob • (Dehnmethode(n)) • Puls 			

Q2.2: UV8

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Alternative Spiele und Sportspielvarianten – Futsal	e – Kooperation und Konkurrenz	Q2	10 Std.	Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten <ul style="list-style-type: none"> - Regeln im Sport (Digel) - Auswirkungen von Regeländerungen in Sportspielen Spielvermittlungsmodelle <ul style="list-style-type: none"> - spielgemäßes Konzept - integrative Sportspielvermittlung - Taktik-Spiel-Modell 	

Titel des UV: Futsal – Vom Platz in die Halle – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (e)

Methodenkompetenz

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (e)

- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen (e)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelkenntnisse / Unterschiede FuBa und Futsal: • Auswirkungen der räumlichen Gegebenheiten auf Spielfähigkeit und Taktik • Kurzpassspiel • Rückgriff / Festigung / Erweiterung der bisher erlernten Abwehr- und Angriffstaktiken 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppen: Kleine Spiele • Voraussetzung / Festigung: genaues Passen, Dribbeln, Ballannahme, Torschuss • Methodische Übungsreihe • Spielformen, Spielreihen • „Trainer-/ Coachrolle“ 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Futsalbälle • Tore 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u></p> <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Fortschritt • Taktisches Verständnis <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration im Zielspiel
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Futsal 			<p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Erfolg im Spiel • Absprache im Team • Abwehr- und Angriffsverhalten • Theoretisches Wissen zu Taktik, Regeln

Q2.2: UV 9

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp./ Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis Verbindung
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)	s. UV 2, 3, 4, 7	b – Bewegungsgestaltung	Q2	4-8 Std.	

Titel des UV: Wiederholung abiturrelevanter Themen und Inhalte aus dem Sportbereich „Gymnastik/Tanz“

Q2.2: UV 10

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	s. UV 1, 5, 6, 8	e - Kooperation und Konkurrenz	Q2	4 – 8 Std.	

Titel des UV: Wiederholung abiturrelevanter Themen und Inhalte aus dem Sportbereich „Fußball“

Grundsätze der Leistungsbewertung

Grundlagen der Notenfindung im Fach Sport

Das Fach Sport leistet seinen spezifischen Beitrag zur **Entwicklung und Förderung ganzheitlicher Bildung**. Die Leistungsbewertung bezieht sich hierbei auf die im Unterricht erworbenen Kompetenzen in den Bereichen **Wahrnehmungs- und Bewegungskompetenz** (u.a. sportliche Handlungssituationen flexibel und aufmerksam wahrnehmen; psychophysische, technisch-koordinative, taktisch-kognitive und ästhetisch-gestalterische Kompetenzen), **Sachkompetenz** (u.a. Wissen über Bewegung, Spiel und Sport zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns), **Methodenkompetenz** (u.a. Verfahren und Wissen über Methoden sich zunehmend eigenständig mit sportlichem Handeln auseinandersetzen; Lösungswege für Bewegungsprobleme entwickeln) sowie der **Urteilskompetenz** (u.a. kritische Auseinandersetzung mit der erlebten sportlichen Wirklichkeit; Reflektieren von Lernerfahrungen) Alle Kompetenzbereiche zielen somit auf eine **umfassende Handlungskompetenz** in Bewegung, Spiel und Sport ab. Die Fachschaft Sport am Gymnasium am Moltkeplatz beruft sich bei der Bewertung der obengenannten Kompetenzbereiche auf das **MEISTER-Prinzip**, wobei der motorische Lernzuwachs im Vordergrund steht:

M – otorische Leistungsfähigkeit (u.a. Bewegungskönnen, Beherrschung von Technik, Taktik, Regeln, koordinative, konditionelle oder gestalterische Fähigkeit, vgl. *Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz*)
E – insatz (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Selbstständigkeit)
I - ndividuelle Leistungssteigerung
S – ozialverhalten (u.a. Selbstverantwortung und Verantwortungsübernahme, Mitgestaltung und Organisations von Rahmenbedingungen sportlichen Handelns)
T – heorie (u.a. Kenntnisse und Verständnis von theoretischen Zusammenhängen, vgl. *Sachkompetenz*)
E – inhalten von Regeln (u.a. Fairness, Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit)
R – eferate und sonstige Leistungen

-----Bitte hier abtrennen und unterschrieben an den Sportlehrer(in) zurückgeben-----

Name: _____ Klasse: _____

Auskunft zum Gesundheitszustand

Der Schulsportunterricht dient u. a. der Gesundheitsförderung und der Gesundheitserziehung. Um dieses weiter optimal zu gewährleisten, benötigen wir von Ihnen eine Rückmeldung zum aktuellen Gesundheitszustand ihres Kindes. Selbstverständlich werden Ihre Angaben von mir vertraulich behandelt und dienen ausschließlich dem Dienstgebrauch. Datenschutz hat höchste Priorität. Konkrete Diagnosen müssen Sie uns natürlich nicht mitteilen!

[] Mein(e) Tochter/Sohn hat **keine** längerfristige Erkrankung, die im Sportunterricht berücksichtigt werden müsste.

[] Mein(e) Tochter/Sohn hat **eine** längerfristige Erkrankung, welche die Teilnahme am Sportunterricht einschränkt (**Bitte Attest beifügen, ggf. mit Angabe der Einschränkungen, die für den Sportunterricht relevant sind.**)

Wichtig: Bei einer längerfristigen Änderung des Gesundheitszustandes (mehr als 14 Tage) bitte ich um zeitnahe Benachrichtigung, auch hier bitte mit Attest mit Angabe der Einschränkung. Ansonsten gilt immer eine Anwesenheitspflicht im Sportunterricht.

Auskunft zur Schwimmfähigkeit

[] Mein(e) Tochter/Sohn ist schwimmfähig und im Besitz des Seepferdchens. (**Falls noch nicht geschehen bitte Kopie beifügen!**)

Weg zum Sportplatz „Sprödenal“

[] Mein(e) Tochter/Sohn darf vom Moltke zu Fuß/mit dem Fahrrad ohne Begleitung der Lehrkraft zum Sprödenalplatz gehen/fahren.

Interesse an Schulsportmeisterschaften/-wettkämpfen

[] Mein(e) Tochter/Sohn treibt leistungsmäßig Sport (Sportart: _____) und ist interessiert die Schule bei Sportwettkämpfen zu vertreten.

Sportlehrer(in)

Unterschrift der/des Erziehungsberechtigten

Die Fachschaft Sport setzt die nachfolgenden Absprachen als *Minimalanforderungen* an das lerngruppenübergreifende gemeinsame Handeln der Fachgruppenmitglieder voraus. Bezogen auf die einzelne Lerngruppe kommen ergänzend weitere der in den Folgeabschnitten genannten Instrumente der Leistungsüberprüfung zum Einsatz.

Verbindliche Absprachen:

1. In jeder Jahrgangsstufe wird ein Sporthafter geführt.
2. Passive Schüler werden durch Beobachtungs-, Feedback- und Schreibaufgaben in den Sportunterricht einbezogen.
3. Bei Inaktivität im Schwimmunterricht ist das Schreiben eines Protokolls Pflicht (*siehe Vordruck*).
4. Jede Klasse erhält eine Kopie der *Grundlagen der Notenfindung im Fach Sport* inklusive der Auskunft über den Gesundheitszustand und Bestätigung der Schwimmfähigkeit am Anfang eines Halbjahres.
5. Bei längerer Inaktivität eines Schülers wird eine Ersatzleistung in Form einer schriftlichen Hausarbeit oder mündlichen Prüfung eingefordert.

Absprachen zur Vergleichbarkeit der sportlichen Leistungen Sek III

Sonstige Mitarbeit:

a) *Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (motorische Fähig- und Fertigkeiten)*

- Demonstration von technischen, taktischen und konditionellen Fähigkeiten
- Weiterentwicklung von sportlichen Können
- Erwerb und Anwendung von sportlichen Wissen
- Bewegungs- und Fehleranalyse

b) *Methodenkompetenz (Anleitung sportlichen Handelns)*

- Beschaffung, Aufbereitung und Strukturierung sportlichen Handelns
- Einhaltung des Sicherheitsaspekts

c) *Urteilskompetenz (Reflexion sportlichen Handelns)*

- Kriterien geleitetes Feedback
- Erläuterung und kritische Reflexion von Unterrichtsinhalten
- Qualitative und quantitative Unterrichtsbeiträge der reflektieren Praxis

Lernerfolgskontrollen:

Die punktuellen Lernerfolgskontrollen in Form von *schriftlichen Test, praktischen Prüfungen, Demonstrationen, mündlichen Prüfungen oder einer Durchführung einer Sportstunde* richten sich nach den im internen Curricula zum jeweiligen Bewegungsfeld festgelegten Überprüfungen. Die Bewertung von „messbaren“ Leistungen in den Bewegungsfeldern Schwimmen und Leichtathletik erfolgt nach den intern festgelegten Leistungstabellen.

Leistungsbewertung Sek II: A 4

Das Fach Sport ist am Gymnasium Am Moltkeplatz als 4. Fach der Abiturprüfung wählbar. Alle Sportkurse der Oberstufe werden 3-stündig unterrichtet.

Alle Sportkurse in der Einführungsphase bieten für die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit im ersten Halbjahr eine materialgebundene Klausur zu schreiben und im zweiten Halbjahr eine Fachpraktische Prüfung abzulegen. Die in der Jahrgangsstufe unterrichtenden Lehrerinnen und Lehrer arbeiten bzgl. der Vergleichbarkeit der Anforderungen - insbesondere auch in den Klausuren - eng zusammen.

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

fachpraktische Prüfung ersetzt. Hinsichtlich der Vergleichbarkeit der unterschiedlichen Sportkurse erarbeitet die Fachkonferenz ein Konzept für diese fachpraktische Prüfung in den unterschiedlichen Bewegungsfeldern und Sportbereichen.

Im 1. Halbjahr der Q2 wird in allen Sportkursen unabhängig von der Wahl des Faches Sport als 4. Abiturfach von den Schülerinnen und Schülern eine Ausdauerleistung (5000m Lauf) erbracht. Die Fachkonferenz Sport erarbeitet ein Konzept für die unterschiedlichen Sportkurse, das sowohl die leistungsmäßigen als auch die gesundheitlichen Aspekte der entsprechenden Kompetenzerwartungen berücksichtigt.

Jahrgangsstufe	1. Halbjahr	2. Halbjahr
10	1 Klausur	1 FPP
Q1	2 Klausuren (Facharbeit möglich)	2 Klausuren
Q2	1 Klausur, 1 FPP	

Abiturprüfung A 4:

- 1 Mündliche Prüfung
- 2 FPP aus zwei profilbildenden Bewegungsfeldern

OBERSTUFE

Schülerinnen Q1 / Q2												
Punkte	Laufdisziplinen [min:sec]						Sprungdisziplinen [m]			Wurf-/Stoßdisziplinen [m]		
	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	100 m Hürden (76,2 cm)	Weit-sprung	Hoch-sprung	Drei-sprung	Kugel (4 kg)	Diskus (1 kg)	Speer (600 kg)
15	0:13,7	0:28,4	1:06,6	2:58	5:52	0:18,5	4,45	1,40	9,20	8,35	23,60	25,80
14	0:13,9	0:28,8	1:07,4	3:03	6:00	0:18,8	4,35	1,38	9,00	8,20	22,90	25,00
13	0:14,1	0:29,2	1:08,2	3:08	6:08	0:19,1	4,25	1,36	8,80	8,05	22,20	24,20
12	0:14,3	0:29,7	1:09,0	3:13	6:16	0:19,4	4,14	1,34	8,60	7,85	21,40	23,40
11	0:14,5	0:30,2	1:10,0	3:19	6:24	0:19,8	4,03	1,32	8,30	7,65	20,60	22,50
10	0:14,7	0:30,7	1:11,0	3:25	6:32	0:20,2	3,92	1,3	8,00	7,45	19,80	21,60
9	0:14,9	0:31,2	1:13,0	3:32	6:42	0:20,6	3,8	1,28	7,70	7,20	19,00	20,70
8	0:15,2	0:31,8	1:15,0	3:40	6:52	0:21,1	3,68	1,26	7,40	6,95	18,00	19,80
7	0:15,5	0:32,4	1:17,0	3:48	7:02	0:21,6	3,56	1,24	7,15	6,70	17,00	18,80
6	0:15,8	0:33,0	1:19,0	3:56	7:12	0:22,1	3,44	1,21	6,80	6,45	16,00	17,80
5	0:16,1	0:33,6	1:21,0	4:04	7:22	0:22,6	3,32	1,18	6,45	6,20	15,00	16,80
4	0:16,4	0:34,2	1:23,0	4:12	7:32	0:23,1	3,20	1,15	6,10	5,95	14,03	15,80
3	0:16,7	0:35,0	1:25,3	4:20	7:44	0:23,8	3,07	1,11	5,80	5,70	13,00	14,60
2	0:17,0	0:35,8	1:27,6	4:28	7:56	0:24,5	2,94	1,07	5,40	5,35	12,00	13,40
1	0:17,3	0:36,6	1:29,9	4:36	8:08	0:25,2	2,81	1,03	5,00	5,00	11,00	12,20

Schüler Q1 / Q2												
Punkte	Laufdisziplinen [min:sec]						Sprungdisziplinen [m]			Wurf-/Stoßdisziplinen [m]		
	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	110 m Hürden (91,4 cm)	Weit-sprung	Hoch-sprung	Drei-sprung	Kugel (6 kg)	Diskus (1,75 kg)	Speer (800 kg)
15	0:12,1	0:25,0	0:58,4	2:25	4:57	0:17,9	5,70	1,64	12,00	8,35	29,25	35,00
14	0:12,3	0:25,4	0:59,2	2:27	5:03	0:18,1	5,58	1,62	11,80	8,20	28,55	34,30
13	0:12,5	0:25,8	1:00,0	2:29	5:09	0:18,3	5,44	1,6	11,60	8,05	27,85	33,60
12	0:12,7	0:26,2	1:01,0	2:31	5:15	0:18,5	5,32	1,58	11,35	7,85	26,15	32,90
11	0:12,9	0:26,7	1:02,0	2:34	5:21	0:18,9	5,17	1,55	11,10	7,65	25,35	31,60
10	0:13,1	0:27,2	1:03,5	2:37	5:27	0:19,4	5,02	1,52	10,85	7,45	24,55	30,30
9	0:13,3	0:27,7	1:05,0	2:40	5:35	0:19,9	4,86	1,49	10,55	7,20	23,75	29,00
8	0:13,5	0:28,4	1:06,5	2:44	5:43	0:20,4	4,70	1,46	10,25	6,95	22,65	27,40
7	0:13,7	0:28,9	1:08,0	2:48	5:51	0:21,0	4,54	1,43	9,90	6,70	21,55	25,80
6	0:14,0	0:29,4	1:09,5	2:52	5:59	0:21,6	4,38	1,39	9,60	6,45	20,45	24,20
5	0:14,3	0:29,9	1:11,0	2:56	6:07	0:22,2	4,21	1,35	9,30	6,20	19,35	22,40
4	0:14,6	0:30,4	1:13,0	3:00	6:17	0:22,8	4,04	1,31	9,00	5,95	18,25	20,60
3	0:14,9	0:31,0	1:15,0	3:06	6:27	0:23,5	3,85	1,26	8,70	5,70	17,00	18,60
2	0:15,2	0:31,6	1:17,0	3:12	6:37	0:24,2	3,66	1,21	8,35	5,35	15,75	16,60
1	0:15,5	0:32,2	1:19,0	3:20	6:47	0:24,9	3,47	1,16	8,00	5,00	14,50	14,60

Schwimmen

Mädchen Klasse 6		
Note	Brust 50 m ab (min:s)	Freistil 50 m ab (min:s)
1	00:57,6	00:54,6
2	01:04,4	01:02,4
3	01:12,5	01:10,8
4	01:21,9	01:20,1
5	01:33,0	01:30,2

Jungen Klasse 6		
Note	Brust 50 m ab (min:s)	Freistil 50 m ab (min:s)
1	00:54,9	00:51,0
2	01:02,5	00:58,4
3	01:10,9	01:06,5
4	01:19,9	01:15,4
5	01:29,8	01:18,8

Mädchen Klasse 8		
Note	Brust 50 m ab (min:s)	Freistil 50 m ab (min:s)
1	00:54,8	00:48,7
2	01:00,5	00:55,0
3	01:07,5	1:02,2
4	01:16,0	01:10,5
5	01:26,4	01:19,9

Jungen Klasse 8		
Note	Brust 50 m ab (min:s)	Freistil 50 m ab (min:s)
1	00:50,9	00:44,1
2	00:57,3	00:49,9
3	01:04,5	00:56,6
4	01:12,7	01:04,3
5	01:22,0	01:13,4

Wertungstabellen Ausdauer Leistung Abitur

Schülerinnen		
Punkte	Laufen 5000 m	Schwimmen 800 m
15	25:15	13:50
14	25:45	14:10
13	26:15	14:30
12	26:45	14:50
11	27:30	15:30
10	28:15	16:10
9	29:00	16:50
8	30:00	17:30
7	31:00	18:10
6	32:00	19:00
5	33:00	19:50
4	34:00	20:40
3	35:15	21:30
2	36:30	22:20
1	37:45	23:10

Schüler		
Punkte	Laufen 5000 m	Schwimmen 800 m
15	21:15	12:50
14	21:45	13:10
13	22:15	13:30
12	22:45	13:50
11	23:30	14:30
10	24:15	15:10
9	25:00	15:50
8	26:00	16:30
7	27:00	17:10
6	28:00	18:00
5	29:00	18:50
4	30:00	19:40
3	31:15	20:30
2	32:30	21:20
1	33:45	22:10

Quellen:

- https://www.schulentwicklung.nrw.de/lehrplaene/upload/klp_SII/sp/Entwurf_VB_Sportpraktische_Pruefung_Abitur_-_Teil_I_15-04-23.pdf
- www.deutsches-sportabzeichen.de
- Interner Lehrplan Gymnasium Am Moltkeplatz

Stand: 12.2.2020