

Sport

Sekundarstufe I und II
G9

Conrad von Soest Gymnasium

(April 2025)
gültig ab dem Schuljahr 2025/26

2000...



Westfälischer Friedenspreis

2007...



Bürgerpreis der Stadt Soest

2009...



Partnerschule des Leistungssports

2009...



Europäischer Jugend-Karlspreis

2016...



MINT-Freundliche Schule

Inhaltsverzeichnis

Kapitel	Seite	
1	Allgemeine Grundlagen	4
1.1	Doppelauftrag	4
1.2	Kernlehrplan	4
1.3	Prinzipien erziehenden Sportunterrichts	5
1.4	Rahmenvorgaben für den Schulsport	6
2	Sportstättenangebot	6
3	Unterrichtsangebot	6
4	Fächerverbindender/ fachübergreifender Unterricht	7
5	Partnerschule des Leistungssports	7
6	Außerunterrichtliches Sportangebot	8
6.1	Schulsportwettkämpfe und „Jugend trainiert für Olympia“	8
6.2	Weitere AG-Angebote	9
7	Leistung und ihre Bewertung – Leistungskonzept	9
7.1	Grundsätze der Leistungsbewertung	9
7.2	Sportmotorische und konditionelle Leistungen, Bewegungskönnen	11
7.3	Weitere fachliche Leistungen	11
7.4	Klausuren bzw. Klassenarbeiten	12
7.5	Definition der Noten „gut“ und „ausreichend“	13
7.6	Die Fachprüfung in Sport als zweitem Abiturfach	13
7.6.1	Schriftliche Abiturprüfung	15
7.6.2	Praktische Prüfung	15
7.7	Facharbeiten	17
8	Individuelle Förderung	17
8.1	Grundsätze	17
8.2	Umsetzung am Conrad von Soest Gymnasium	17
8.3	Maßnahmen zur Gestaltung individualisierten Lernens	18
9	Qualitätssicherung und Evaluation	18
10	Methodenkonzept	18
11	Medienkonzept	19
12	Schulinterner Lehrplan Sport für die Sekundarstufe I und II	19
12.1	Zuordnung der Kompetenzerwartungen und inhaltlichen Schwerpunkte zu den Unterrichtsvorhaben der Jahrgangsstufen 5-10	19
12.2	Gesamtübersicht: Obligatorik und Freiraum in der Sekundarstufe I	21
12.3	Übersicht der Jahrgangsstufen 5-10 (Obligatorik und Freiraum)	22
12.4	Unterrichtsvorhaben der Jahrgangsstufen 5-10	28
12.5	Konzeption und Bausteine der Profilklassen Sport (Sport+)	129
12.6	Unterrichtsvorhaben des Sport Differenzierungskurses (Kl. 9/10)	131
12.7	Konzeption zum Projektlernen Sport (Sporthelferausbildung)	133

12.8	Übersicht und Unterrichtsvorhaben der Einführungsphase	134
12.9	Übersicht der Profile der Qualifikationsphase (Grund- und Leistungskurs)	152
12.10	Unterrichtsvorhaben der Qualifikationsphase	154
12.10.1	Unterrichtsvorhaben des Leistungskurses (Volleyball/Leichtathletik)	154
12.10.2	Unterrichtsvorhaben des Grundkurses (Volleyball/Leichtathletik)	179
12.10.3	Unterrichtsvorhaben des Grundkurses (Fußball/Leichtathletik)	202
12.10.4	Unterrichtsvorhaben des Grundkurses (Basketball/Schwimmen)	223
12.10.5	Unterrichtsvorhaben des Grundkurses (Badminton/konditionelle Fähigkeiten)	244
13	Anhang: Bewertungstabellen (Leichtathletik, Ausdauer, Schwimmen)	263

1 Allgemeine Grundlagen

1.1 Doppelauftrag

Die Rahmenvorgaben für den Schulsport formulieren als pädagogische Leitidee für den erziehenden Schulsport insgesamt und damit auch für den Sportunterricht einen Doppelauftrag:

1. Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport und
2. Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur.

Dieser Doppelauftrag wird im Schulsport insgesamt und insbesondere im Sportunterricht immer orientiert an den sechs pädagogischen Perspektiven und den Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts umgesetzt.

1.2 Kernlehrplan

Kernlehrpläne in Nordrhein-Westfalen greifen die KMK Bildungsstandards für den Mittleren Schulabschluss (soweit sie für die einzelnen Fächer vorliegen) auf und zeigen durch Zwischenstufen, wie man diese Standards erreichen kann. Sie beschreiben deshalb neben einem Abschlussprofil für das Ende der Sekundarstufe I die Anforderungen, die am Ende der Klassen 6 und 10 am Gymnasium erreicht sein müssen, in Form von Kompetenzen. Wie die Bildungsstandards der Kultusministerkonferenz verstehen sie sich als "Regelstandards". Die Kernlehrpläne sind somit die Umsetzung der Bildungsstandards in Nordrhein-Westfalen auf der curricularen Ebene. Durch die Fokussierung auf zentrale Kompetenzbereiche geben Kernlehrpläne der einzelnen Schule ein Mehr an pädagogisch-fachlicher Gestaltungsfreiheit für die Wege zur Erreichung der Ziele.

Kernlehrpläne

- greifen die **Grundprinzipien und Leitziele** des jeweiligen Unterrichtsfaches auf,
- beschreiben die fachbezogenen Kompetenzen einschließlich der damit verbundenen Wissensbestände, die Schüler zu bestimmten Zeitpunkten erreicht haben, in Form von **Kompetenzerwartungen** und verbindlichen **Inhaltsfeldern**,
- beschränken die Obligatorik auf den **Kernbereich** des jeweiligen Faches und geben den Schulen damit Gestaltungsspielräume für ihre fachdidaktische Arbeit,

- ordnen die Kompetenzerwartungen und damit verbundenen Kenntnisse und Wissensbestände **Kompetenzbereichen** zu, die die Grundstruktur und damit den Kern des Faches ausmachen,
- zielen auf die **Anwendung** der erworbenen Kompetenzen und damit auf Handlungsfähigkeit,
- zielen auf systematisches und vernetztes Lernen und folgen dem Prinzip des **kumulativen Kompetenzerwerbs**,
- weisen ein **mittleres Anforderungsniveau** aus, d.h. beschreiben das von allen Schülern unter Regelbedingungen Leistbare,
- machen Aussagen zur **Leistungsbewertung** und
- bieten allen Beteiligten Orientierung über verbindliche Ziele und verpflichtende Fachinhalte und sorgen damit für **Transparenz** hinsichtlich der schulischen Anforderungen und erwarteten Kompetenzen.

1.3 Prinzipien erziehenden Sportunterrichts

Die Rahmenvorgaben benennen fünf „Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts“, die gewährleisten sollen, dass Schülerinnen und Schüler sich mit Bezug auf die außerschulische Lebenswelt sowohl fachimmanente Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse aneignen als auch Einstellungen und Haltungen entwickeln sollen, die für eine urteils- und handlungsfähige Selbst- und Mitbestimmung in sozialen und politischen Gestaltungsprozessen notwendig sind.

Diese Prinzipien stellen die Grundlage des Sportunterrichts am Conrad von Soest Gymnasium dar und sind im Folgenden dargestellt.

1. Mehrperspektivität: Vielfältige Sinngebungen sportlichen Handelns sollen im Sportunterricht berücksichtigt werden
2. Erfahrungs- und Handlungsorientierung: Schülerinnen und Schüler sollen als Subjekte ihres Lernprozesses wahrgenommen werden. Ausgangspunkt ist ihre Lebenswirklichkeit, womit individuelle, auch geschlechtsspezifische Erfahrungen berücksichtigt und eigenständiges Lernen gefordert werden
3. Reflexion: Zusammenhänge herstellen und zur selbständigen Urteilsbildung befähigen
4. Verständigung: Zunehmende Partizipation der Schülerinnen und Schüler an der Planung, Durchführung und Auswertung von Unterricht

5. Wertorientierung: Die Idee eines humanen Sports soll verstanden und angenommen werden

1.4 Rahmenvorgaben für den Schulsport

Die Rahmenvorgaben für den Schulsport charakterisieren dessen pädagogische Grundlegung in NRW, benennen die Bewegungsfelder und Sportbereiche des Schulsports, erläutern die Grundsätze pädagogischen Handelns im Schulsport und entfalten die Bedeutung von Bewegung, Spiel und Sport im Schulleben und im Schulprogramm.

2 Sportstättenangebot

Das Conrad von Soest Gymnasium zeichnet sich durch ein breites Angebot an schuleigenen und fußläufig erreichbaren zusätzlichen Sportstätten aus.

Sportstätten der Schule:

- Schuleigene Dreifachsporthalle
- Schuleigener Sportplatz (400m-Tartanlaufbahn, 8 Sprunggruben sowie eine Hochsprunganlage, vier Kugelstoßanlagen, zwei Diskuswurfanlagen, Basketballanlage, Tore)

Im Umfeld der Schule:

- Nutzung der Turnhalle der Georg-Grundschule
- Nutzung des Kunstrasenplatzes „Westfalia-Soest“
- Nutzung des Schwimmbades „AquaFun Soest“

3 Unterrichtsangebot

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

- Regelunterricht der Klassen 5 (vierstündig), 6-9 (dreistündig) und 10 (zweistündig); die Profilklassse Sport erhält in der Jahrgangsstufe 5 und 6 eine weitere Stunde Sport und wird somit fünfstündig (Klasse 5) bzw. vierstündig (Klasse 6) unterrichtet.
- Das Projektlernen in der JGS 9 wird zweistündig unterrichtet.
- Der Differenzierungskurs in der Klasse 9 und 10 wird dreistündig unterrichtet.
- Regelunterricht der Einführungsphase (dreistündig)

- in der Qualifikationsphase wird der Unterricht kursweise im Grundkurs dreistündig und im Leistungskurs fünfstündig erteilt

4 Fächerverbindender/ fachübergreifender Unterricht

Das Fach Sport bietet vielfältige Möglichkeiten des fächerverbindenden bzw. fachübergreifenden Unterrichts. Insbesondere der Sportleistungskurs ermöglicht Verknüpfungen zu verschiedenen Unterrichtsfächern. Hier sind vor allem die Themenbereiche Sportpädagogik (Erziehungswissenschaften), Sportbiologie (Biologie, Chemie), Bewegungswissenschaften (Physik) sowie Sportsoziologie (Erziehungswissenschaften) zu nennen.

Darüber hinaus lassen sich auch in der Sekundarstufe I Anknüpfungspunkte in Bezug auf fächerverbindenden Unterricht finden. Hierbei steht vor allen Dingen das Fach Biologie im Mittelpunkt, wenn es beispielsweise um Themenkomplexe wie den Bewegungsapparat (Muskelaufbau, -arbeit), das Herz-Kreislaufsystem und den Bereich Ausdauer (Pulsmessung) geht.

Konkrete Bezüge finden sich auf den Karten der jeweiligen Unterrichtsvorhaben.

5 Partnerschule des Leistungssports

Das Conrad von Soest Gymnasium – seit dem Schuljahr 2009/10 Partnerschule des Leistungssports – hat sich gemeinsam mit dem LAZ Soest (Leichtathletik) und dem BC 70 Soest (Basketball) zum Ziel gesetzt, sportlich talentierten Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit zu bieten, ihr Engagement im Leistungssport mit einer erfolgreichen Schullaufbahn in Einklang zu bringen.

Die Vereine bieten den Schülerinnen und Schülern eine Arbeitsgemeinschaft zum Kennenlernen der Schwerpunktsportarten sowie Talentsichtungs- und Talentfördergruppen in den Sporthallen und Sportanlagen der Schule. Die erforderlichen Übungsleiter und Kadertrainer werden von den Vereinen gestellt. Sie unterstützen die Schule beim Training von Schulmannschaften und bei der Teilnahme an Sportwettkämpfen.

Folgende Rahmenbedingungen sollen die Schullaufbahn der jungen Leistungssportler sichern:

- Unterrichtsbefreiung für die Teilnahme an Wettkämpfen und Lehrgängen der Fachverbände

- Berücksichtigung von Wettkampfterminen bei der Planung von Klassen- und Kursarbeiten
- Stütz- und Förderunterricht, insbesondere in den für die zentralen Prüfungen relevanten Fächern
- Bereitstellung von Unterrichtsmaterialien und zusätzlichem Übungsmaterial während der Wettkampfphasen
- Internetgestützter Kontakt zu den Fachlehrerinnen und Fachlehrern

Die Koordination schulischer Pläne, Wettkampftermine und Trainingszeiten sowie der Kontakt zum Verein und Verband wird durch einen Sportkoordinator gewährleistet. Sportbegabte Schülerinnen und Schüler können auch dann aufgenommen werden, wenn sie aus Gemeinden kommen, die nicht zum Einzugsbereich der Stadt Soest gehören.

Im Anschluss an den Schulsport stehen dem Partnerverein LAZ Soest die Sporthallen und das Sportgelände der Schule für Trainingseinheiten zur Verfügung:

- Stützpunkttraining Leichtathletik (Talentförderung)
- Talentsichtungsgruppen Leichtathletik für Kinder und Jugendliche von 9-13 Jahren (allg. Lauf-, Sprung- und Wurftraining)
- Talentfördergruppen Leichtathletik (13-20 Jahre)

Im Rahmen der Hallenkapazitäten soll soweit möglich auch der BC 70 Soest berücksichtigt werden: z.B.

- im Rahmen der Kooperation von Schul-AG und Vereinstraining
- Fördertraining für Auswahlspielerinnen und -spieler

6 Außerunterrichtliches Sportangebot

6.1 Schulsportwettkämpfe und „Jugend trainiert für Olympia“

Die Sportlehrkräfte des Conrad von Soest Gymnasiums übernehmen die Verantwortung für die Betreuung der Schulmannschaften in verschiedenen Sportarten (z.B. Fußball, Basketball, Handball, Tennis, Leichtathletik). Die betreuten Mannschaften werden, wenn möglich, in Kooperation mit älteren Schülerinnen und Schülern bzw. mit Übungsleitern des Partnervereins, angeleitet und nehmen jährlich an Schulwettkämpfen teil.

Zudem stellt das Conrad von Soest Gymnasium im Bereich der Leichtathletik jedes Jahr eine große Anzahl an Teilnehmern des Soester Stadtlaufs. Auch hier werden die Schülerinnen und Schüler von Sportlehrkräften auf den Lauf vorbereitet und während der Veranstaltung betreut.

Mannschaften der unteren Jahrgangsstufen nehmen jährlich am Tischtennis-Rundlauf-Turnier „Milchcup“ teil, das auch schon Bezirksrunden in der schuleigenen Turnhalle durchgeführt hat.

In der Zeit vor den Weihnachtsferien findet das jährliche Weihnachts-Volleyballturnier des Conrad von Soest Gymnasiums statt, an welchem neben Oberstufenteams auch Lehrermannschaften und ehemalige Schülerinnen und Schüler teilnehmen und so das Schulleben stärken.

6.2 Weitere AG-Angebote

Der sportliche Schwerpunkt des Conrad von Soest Gymnasiums findet sich im Breitenpektrum der AG-Angebote wieder. Ziel ist es, möglichst vielen Schülerinnen und Schülern unterschiedlicher Jahrgangsstufen ein Angebot zu schaffen, welches ihren Interessen und Neigungen entspricht. Hier finden sich neben Arbeitsgemeinschaften, die jedes Leistungsniveau ansprechen, auch leistungsbezogene AG-Angebote, die teilweise zur Vorbereitung der Schulwettkämpfe dienen. Das jeweils aktuelle AG-Angebot ist auf der Internetseite des Conrad von Soest Gymnasiums abrufbar.

7 Leistung und ihre Bewertung – Leistungskonzept

7.1 Grundsätze der Leistungsbewertung

Es gelten zunächst folgende Grundsätze der Leistungsbewertung am Conrad von Soest Gymnasium:

Leistungsbewertungen sind ein kontinuierlicher Prozess, bei dem alle von Schülerinnen und Schülern im Zusammenhang mit dem Unterricht erbrachten Leistungen bewertet werden sollen. Die Leistungsbewertung bezieht sich also sowohl auf prozessbezogene, unterrichtsbegleitende Lernerfolgsüberprüfung, als auch auf produktbezogene, punktuelle Lernerfolgsüberprüfungen.

Hinweise zur konkreten Leistungsbewertung einzelner Unterrichtsvorhaben (prozessbegleitend/punktuell) sind auf den jeweiligen Unterrichtsvorhabenkarten zu finden.

Die Leistungsbewertung bezieht sich auf die im Unterricht vermittelten Kompetenzen sowie Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse.

Voraussetzung für die Leistungsbewertung ist es, dass die Schülerinnen und Schüler im Unterricht Gelegenheit hatten, die entsprechenden Anforderungen in Umfang und Anspruch kennen zu lernen und sich auf diese vorzubereiten.

Bei allen Leistungsüberprüfungen sollen die Qualität und der Umfang der Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse, die methodische Selbstständigkeit in ihrer Anwendung sowie die sachgemäße Darstellung bewertet werden. Bei Gruppenleistungen muss die individuelle Schülerleistung bewertbar sein.

Die Bewertung ihrer Leistungen muss den Schülerinnen und Schülern auch im Vergleich mit Mitschülerinnen und Mitschülern transparent sein.

Die Sportlehrkraft ist angehalten, die Schülerinnen und Schüler zu Beginn jedes Schuljahres über die Anforderungen, über die Art der Leistungsüberprüfung, über die Bewertungskriterien sowie über die Bildung der Abschlussnote zu unterrichten.

Außerunterrichtliche Leistungen im Schulsport - wie z. B. leistungssportliches Engagement und die Teilnahme an Schulsportwettkämpfen – können nicht als Teil der Sportnote berücksichtigt werden.

Bewertung unter Berücksichtigung aller Kompetenzbereiche

Der Sportunterricht ist dem Unterrichtsprinzip der reflektierten Praxis verpflichtet. Deshalb ist der Bereich Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz jeweils Ausgangspunkt für die Entfaltung der Methoden- und Urteilskompetenz.

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

- Das Einbringen von Leistungen im Bereich der Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz
- Das Einbringen von Leistungen im Bereich der Methodenkompetenz
- Das Einbringen von Leistungen im Bereich der Urteilskompetenz
- Das Einbringen von Leistungen im Bereich der Sachkompetenz (in der Sek. II)¹

Bewertung vor dem Hintergrund individuellen Leistungsvermögens

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

¹ Dieser gegenüber der Sek. I neue Kompetenzbereich ermöglicht es dem Fach Sport den Anforderungen in der gymnasialen Oberstufe hinsichtlich der theoretischen und wissenschaftspropädeutischen Zielsetzungen in differenzierter Weise gerecht zu werden (vgl. KLP Sport GOST)

7.2 Sportmotorische und konditionelle Leistungen, Bewegungskönnen

Folgende mit den Schülern zu terminierende **Überprüfungsformen** sind verbindlich vorgesehen und sollen möglichst vielseitig und wechselnd eingesetzt werden:

Demonstrationen dienen der Überprüfung der Qualität von Bewegungsausführung und Bewegungsgestaltung nach vereinbarten und vorgegebenen Kriterien. Mögliche Formen sind hierbei: Demonstration von Bewegungsabläufen vor der Lerngruppe, Präsentation von Arbeitsergebnissen einer Partner- oder Gruppenarbeit, Umsetzung von Technik und Taktik in Spielsituationen, Kreativität, Vielseitigkeit.

Motorische Tests hingegen erfassen quantitativ messbare sportmotorische Leistungen in Bezug auf sportbereichsspezifisches Können und die zugehörigen konditionellen und koordinativen Fähigkeiten. Sie ermöglichen insbesondere eine objektive Feststellung sowohl der individuellen Leistung als auch deren Steigerung.

7.3 Weitere fachliche Leistungen

Neben festgelegten Leistungsüberprüfungen zu vereinbarten Terminen werden folgende **Überprüfungsformen** zur Feststellung der Leistung im Sportunterricht herangezogen:

Beiträge zur Unterrichtsgestaltung: Auch im Mitgestalten von Unterrichtssituationen durch Schülerinnen und Schüler wird Lernerfolg sichtbar. Dabei können sie neben motorischem Können auch Methoden- und Handlungskompetenz nachweisen. Insbesondere beim selbstständigen Erarbeiten von Lösungen in Partner- und Gruppenarbeit werden personale und soziale Kompetenzen sichtbar (konstruktive Einbindung in den gemeinsamen Arbeitsprozess, Auseinandersetzung mit Beiträgen anderer, Kritikfähigkeit). Lernerfolge lassen sich in unterschiedlichen Handlungssituationen erkennen: selbstständiges Planen und Gestalten einzelner Unterrichtssituationen (z.B. Durchführung der Erwärmung, Demonstrationen, Schiedsrichtertätigkeiten, Gestaltung von Wettkampfsituationen, Übungs- oder Spielformen), sach- und sicherheitsgerechtes Herrichten der Übungsstätte, Bewegungsbeobachtung/-verbesserung, Sicherheits- und Hilfestellung etc.

Beiträge in Unterrichtsgesprächen, z.B. Reflexions- und Urteilsfähigkeit, Kritikfähigkeit / Meinungsäußerung / Vorschläge, Bewegungskorrekturen, ggf. theoretisches Wissen, Aufmerksamkeit etc.

Beteiligung am praktischen Unterricht, z.B. Sich-Einlassen auf neue und ungewohnte Unterrichtssituationen, Aktivität, Anstrengungsbereitschaft etc.

Beteiligung in Phasen der Partner- oder Gruppenarbeit, z.B. Mitarbeit, Selbstständigkeit, Kooperation mit MitschülerInnen, Sich-Einbringen, Wahrnehmung und Beurteilung von fremden und eigenen Bewegungshandlungen, Entwicklung von Verbesserungsmöglichkeiten etc.

Distanzunterricht z.B. Erstellen von Videosequenzen und kriterienorientierte Bewertung, Trainings- und Bewegungstagebücher; Vorbereitung von theoretischen Inhalten, Referaten und Präsentationen (Videokonferenz/Erklärvideo, Videopräsentation) (primär Sek II).

Grundsätzlich sind Themenanpassungen/-wechsel für die Phasen Distanzlernen möglich, um den notwendigen Rahmenbedingungen für Sportunterricht im Distanzunterricht gerecht zu werden.

Sozialverhalten, z.B. Fairness, Verhalten gegenüber MitschülerInnen, Hilfsbereitschaft (z.B. beim Auf- und Abbau, Hilfestellungen), Teamfähigkeit, Kooperationsfähigkeit, Empathiefähigkeit, Konfliktfähigkeit, Rücksichtnahme etc.

Sonstiges: Schriftliche Übungen, Referate, Protokolle, Hausaufgaben.

Die Gewichtung der Kriterien erfolgt entsprechend der zentralen pädagogischen Perspektiven des jeweiligen Unterrichtsvorhabens.

7.4 Klausuren bzw. Klassenarbeiten

Da im Sportunterricht in der Regel keine Klausuren bzw. Klassenarbeiten geschrieben werden, zählen sämtliche Leistungen zum Beurteilungsbereich „Sonstige Mitarbeit“. Ausnahmen bilden der Differenzierungskurs Sport, die Einführungsphase Sport (optional) und der Sport-LK). Die erste Klausur im Differenzierungskurs soll 75 Minuten dauern. Die Dauer wird auf 90 Minuten in der JGS 10 ausgebaut.

In der Einführungsphase kann das Fach Sport schriftlich angewählt werden. In jedem Halbjahr wird dabei eine Klausur geschrieben. Die Dauer der Klausur ist auf eine Doppelstunde (90 Minuten) festgelegt.

Die Klausuren in der Qualifikationsphase 1 werden jeweils über 180 Minuten, die in der Qualifikationsphase 2 (1.Halbjahr) 225 Minuten geschrieben. Die abschließende Klausur der Qualifikationsphase 2 wird unter Abiturbedingungen geschrieben (300 Minuten inkl. Auswahlzeit).

Für die Planung des Unterrichts bis zur konkreten Vorbereitung auf die Abiturprüfungen ist es zunehmend von Bedeutung, mit Schülerinnen und Schülern im Rahmen der reflektierten Praxis den Umgang mit Operatoren zielgerichtet einzuüben.

7.5 Definition der Noten „gut“ und „ausreichend“

Aufgrund der Unterschiedlichkeit der zu erwerbenden Kompetenzen im Fach Sport und seinen einzelnen Sinnrichtungen, die durch die Pädagogischen Perspektiven bestimmt werden, ist es nicht möglich die Notenstufen allgemeingültig für jedes Unterrichtsvorhaben zu definieren. Hinweise finden sich jeweils auf den Karten der Unterrichtsvorhaben. Als allgemeine Richtschnur für die Bewertung von Ergebnissen im Fach Sport sollen die folgenden Definitionen dienen.

Die Notenstufe „gut“ (2) gilt als erreicht, wenn die Leistung den Anforderungen voll entspricht.

Die Notenstufe „ausreichend“ (4) gilt als erreicht, wenn die Leistung zwar Mängel aufweist, aber im Ganzen den Anforderungen noch entspricht.

7.6 Die Fachprüfung in Sport als zweitem Abiturfach

Die allgemeinen Regelungen zur schriftlichen und mündlichen Abiturprüfung, mit denen zugleich die Vereinbarungen der Kultusministerkonferenz umgesetzt werden, basieren auf dem Schulgesetz sowie dem entsprechenden Teil der Ausbildungs- und Prüfungsordnung für die gymnasiale Oberstufe. Fachlich beziehen sich alle Teile der Abiturprüfung auf die in Kapitel 2 des Kernlehrplans für das Ende der Qualifikationsphase festgelegten Kompetenzerwartungen. Bei der Lösung schriftlicher wie mündlicher Abituraufgaben sind generell Kompetenzen nachzuweisen, die im Unterricht der gesamten Qualifikationsphase erworben wurden und deren Erwerb in vielfältigen Zusammenhängen angelegt wurde. Die jährlichen „Vorgaben zu den unterrichtlichen Voraussetzungen für die schriftlichen Prüfungen im Abitur in der gymnasialen Oberstufe“ (Abiturvorgaben), die auf den Internetseiten des Schulministeriums abrufbar sind, konkretisieren den Kernlehrplan, soweit dies für die Schaffung landesweit einheitlicher Bezüge für die zentral gestellten Abiturklausuren erforderlich ist. Die Verpflichtung zur Umsetzung des gesamten Kernlehrplans bleibt hiervon unberührt. Im Hinblick auf die Anforderungen im schriftlichen und mündlichen Teil der Abiturprüfungen ist grundsätzlich von einer Strukturierung in drei Anforderungsbereiche auszugehen, die die Transparenz bezüglich des Selbstständigkeitsgrades der erbrachten Prüfungsleistung erhöhen soll.

- Anforderungsbereich I umfasst das Wiedergeben von Sachverhalten und Kenntnissen im gelernten Zusammenhang, die Verständnissicherung sowie das Anwenden und Beschreiben geübter Arbeitstechniken und Verfahren.
- Anforderungsbereich II umfasst das selbstständige Auswählen, Anordnen, Verarbeiten, Erklären und Darstellen bekannter Sachverhalte unter vorgegebenen Gesichtspunkten in einem durch Übung bekannten Zusammenhang und das selbstständige Übertragen und Anwenden des Gelernten auf vergleichbare neue Zusammenhänge und Sachverhalte.
- Anforderungsbereich III umfasst das Verarbeiten komplexer Sachverhalte mit dem Ziel, zu selbstständigen Lösungen, Gestaltungen oder Deutungen, Folgerungen, Verallgemeinerungen, Begründungen und Wertungen zu gelangen. Dabei wählen die Schülerinnen und Schüler selbstständig geeignete Arbeitstechniken und Verfahren zur Bewältigung der Aufgabe, wenden sie auf eine neue Problemstellung an und reflektieren das eigene Vorgehen.

Für alle Fächer gilt, dass die Aufgabenstellungen in schriftlichen und mündlichen Abiturprüfungen alle Anforderungsbereiche berücksichtigen müssen, der Anforderungsbereich II aber den Schwerpunkt bildet. Fachspezifisch ist die Ausgestaltung der Anforderungsbereiche an den Kompetenzerwartungen des jeweiligen Kurstyps zu orientieren. Für die Aufgabenstellungen werden die für Abiturprüfungen geltenden Operatoren des Faches verwendet, die in einem für die Prüflinge nachvollziehbaren Zusammenhang mit den Anforderungsbereichen stehen.

Die Bewertung der Prüfungsleistung erfolgt jeweils auf einer zuvor festgelegten Grundlage, die im schriftlichen Abitur aus dem zentral vorgegebenen kriteriellen Bewertungsraster, im mündlichen Abitur aus dem im Fachprüfungsausschuss abgestimmten Erwartungshorizont besteht. Übergreifende Bewertungskriterien für die erbrachten Leistungen sind die Komplexität der Gegenstände, die sachliche Richtigkeit und die Schlüssigkeit der Aussagen, die Vielfalt der Gesichtspunkte und ihre jeweilige Bedeutsamkeit, die Differenziertheit des Verstehens und Darstellens, das Herstellen geeigneter Zusammenhänge, die Eigenständigkeit der Auseinandersetzung mit Sachverhalten und Problemstellungen, die argumentative Begründung eigener Urteile, Stellungnahmen und Wertungen, die Selbstständigkeit und Klarheit in Aufbau und Sprache, die Sicherheit im Umgang mit Fachsprache und -methoden sowie die Erfüllung standardsprachlicher Normen. Hinsichtlich der unterschiedlichen Verfahren

im Fach Sport als zweitem Abiturprüfungsfach sind bezüglich der einzelnen Prüfungsteile die folgenden Regelungen zu beachten.

In Sport als zweitem Abiturprüfungsfach tritt an die Stelle der schriftlichen Abiturprüfung in den Leistungsfächern eine Fachprüfung. Sie besteht aus einer schriftlichen Abiturprüfung und einer praktischen Prüfung. Über die Fachprüfung jedes einzelnen Prüflings ist eine formalisierte Niederschrift anzufertigen. Hinsichtlich der einzelnen Prüfungsteile sind die folgenden Regelungen zu beachten.

7.6.1 Schriftliche Abiturprüfung

Die Aufgaben für die schriftliche Abiturprüfung werden landesweit zentral gestellt. Alle Aufgaben entsprechen den öffentlich zugänglichen Konstruktionsvorgaben und nutzen die fachspezifischen Operatoren. Beispiele für Abiturklausuren sind für die Schulen auf den Internetseiten des Schulministeriums abrufbar. Für die schriftliche Abiturprüfung enthalten die aufgabenbezogenen Unterlagen für die Lehrkraft jeweils Hinweise zu Aufgabenart und zugelassenen Hilfsmitteln, die Aufgabenstellung, die Materialgrundlage, die Bezüge zum Kernlehrplan und zu den Abiturvorgaben, die Vorgaben für die Bewertung der Schülerleistungen sowie den Bewertungsbogen zur Prüfungsarbeit. Die Anforderungen an die zu erbringenden Klausurleistungen werden durch das zentral gestellte kriterielle Bewertungsraster definiert. Die Bewertung erfolgt über Randkorrekturen sowie das ausgefüllte Bewertungsraster, mit dem die Gesamtleistung dokumentiert wird. Für die Berücksichtigung gehäufter Verstöße gegen die sprachliche Richtigkeit gelten die Regelungen aus Kapitel 3 des KLPs analog auch für die schriftliche Abiturprüfung.

7.6.2 Praktische Prüfung

Die praktische Prüfung erwächst aus dem Kursprofil und umfasst drei Prüfungsteile aus den zwei Bewegungsfeldern und Sportbereichen „Laufen, Springe, Werfen – Leichtathletik“ und „Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele - Volleyball“. Neben der Prüfung der profilgebenden Bewegungsfelder ist im dritten Prüfungsteil eine Ausdauerleistung zu erbringen. Form, Gestaltung und Bewertung der praktischen Prüfung richten sich nach den „Prüfungsanforderungen und Aufgabenbeispielen für die Bewertung der sportpraktischen Leistungen im Rahmen der Fachprüfung Sport als Abiturfach“ (gemäß aktuellem RdErl. des Ministeriums für Schule und Weiterbildung). Für die praktische Prüfung legt die Fachlehrkraft der Fachdezernentin

bzw. dem Fachdezernenten der oberen Schulaufsichtsbehörde einen Vorschlag zur Durchführung und Bewertung der praktischen Prüfung vor. (KLP S. 60-62)

7.7 Facharbeiten

In der Qualifikationsphase wird nach Festlegung durch die Schule eine Klausur durch eine Facharbeit ersetzt. Facharbeiten dienen dazu, die Schülerinnen und Schüler mit den Prinzipien und Formen selbstständigen, wissenschaftspropädeutischen Lernens vertraut zu machen. Die Facharbeit ist eine umfangreichere schriftliche Hausarbeit und selbstständig zu verfassen. Umfang und Schwierigkeitsgrad der Facharbeit sind so zu gestalten, dass sie ihrer Wertigkeit im Rahmen des Beurteilungsbereichs „Schriftliche Arbeiten/Klausuren“ gerecht wird. Grundsätze der Leistungsbewertung von Facharbeiten regelt die Schule. (KLP S. 57–58)

8 Individuelle Förderung

8.1 Grundsätze

Individuelle Förderung im Zusammenhang mit Kompetenzorientierung bedeutet, den Unterricht so zu arrangieren, dass alle Schülerinnen und Schüler trotz ihrer verschiedenen Lernausgangslagen/Vorkenntnisse und trotz individuell verschiedener Lernwege und Lernstrategien zu den gleichen verbindlichen Kompetenzerwartungen gelangen. Dazu ist es erforderlich zunächst die Lernausgangslage durch geeignete diagnostische Instrumente (Tests, Beobachtungsformate...) professionell zu ermitteln und darüber hinaus in einem zweiten Diagnoseschritt möglichst auch die individuellen Faktoren zu bestimmen, die das Lernen bei den Einzelnen behindern oder gelingen lassen (z.B. individuelle Stärken, Konzentrationsfähigkeit, Motivation, Beharrlichkeit ...), um die idealen individuell spezifischen Lernwege und Zwischenziele zu finden. Dieses „Finden“ geschieht im Idealfall in einem offenen dialogischen Prozess der Lernberatung, um den Lernenden die Selbststeuerung ihres Lernens zunehmend zu ermöglichen (Gesamtkonzept und Beispiele für den Sportunterricht vgl. Handreichung „Fördern und Fordern“ der BR Arnsberg).

Individuelle Förderung bedeutet, die Potenziale aller Schülerinnen und Schüler auszuschöpfen, so dass der individuelle Lern- und Bildungserfolg für alle Lernenden gesichert ist. Das setzt voraus, dass die Schülerinnen und Schüler in unterschiedlichen Schwerpunkten eine Förderung erhalten. In diesen Schwerpunkten gilt es, passgenaue Lernangebote angesichts unterschiedlicher Lernvoraussetzungen zu entwickeln. Das Konzept der ‚Individuellen Förderung‘ geht davon aus, dass Lernen ein individu-

eller, selbst gesteuerter Prozess ist, der systematische Unterstützung, Anleitung, Anregung, Begleitung, Reflexion, Beurteilung und vor allem anspruchsvolle, problemorientierte Lernarrangements benötigt. Sie zielt grundsätzlich auf die Stärkung der Lernenden und ihrer Potenziale und ist durch wahrnehmbare Ermutigung, Empathie und hilfreiche Unterstützung gekennzeichnet. Individuelle Förderung ist ein zentrales Element des Unterrichts und zielt auf eine Weiterentwicklung des Unterrichts durch Förderung von Lernkompetenz und Lernentwicklung im Fach Sport.

8.2 Umsetzung am Conrad von Soest Gymnasium

Auf Grundlage der allgemeinen Hinweise zur individuellen Förderung sollen am Conrad von Soest Gymnasium folgende Maßnahmen umgesetzt werden, wenn herausragende Begabungen und Stärken oder aber typische Lernschwierigkeiten oder Verhaltensauffälligkeiten (spezifische Ängste, Aggressionen, physische oder psychosoziale Defizite) im Sport auftreten. Diese können dauerhaft oder anlassbezogen eingesetzt werden.

- binnendifferenzierende Maßnahmen
- bei vorhandenen besonderen Begabungen und Stärken wird der Einsatz in Schulmannschaften, Helfersystemen (s. Sporthelferausbildung) oder Arbeitsgemeinschaften empfohlen
- äußere Differenzierung durch die Teilnahme am Sportunterricht anderer Klassen, falls bestimmte Lernschwierigkeiten oder Ängste die Teilnahme an einzelnen Unterrichtsvorhaben nicht ermöglichen
- Möglichkeit der Freistellung einzelner Schülerinnen und Schüler vom Unterricht im Rahmen der „Partnerschule des Leistungssports“, um an Kaderwettkämpfen teilzunehmen
- Unterstützungssystem durch Partnervereine der „Partnerschule des Leistungssports“ etwa für besonders begabte Schülerinnen und Schüler bspw. als AG-Angebote
- verbindliche Aufgabenstellungen für nicht „aktiv“ am Unterricht teilnehmende Schülerinnen und Schüler (Protokollführung, Beobachtungsaufgaben, diagnostische Fremdeinschätzung nach klaren Kriterien, vorbereitende Theorieelemente ...)
- die Anleitung von Stundensequenzen durch nicht aktive Schülerinnen und Schüler („Schüler machen Schule“)

- in der Sek. I werden eine Profilklassse Sport (JGS 5-6), ein Differenzierungskurs Sport (JGS 9-10), eine Projektlernen Sport (JPS 9) zur Wahl angeboten. In der Sek. II kann zwischen einem Leistungskurs Sport oder Grundkursen gewählt werden, die wiederum vielfältige Profile im Sinne der Individualisierung durch äußere Differenzierung bieten.

8.3 Maßnahmen zur Gestaltung individualisierten Lernens

Je nach Schwerpunktsetzung des jeweiligen Unterrichtsvorhabens werden in den einzelnen Lerngruppen verschiedene Diagnoseverfahren angewendet. Diese sind auf den Karten der Unterrichtsvorhaben ausgewiesen. Es handelt sich hierbei vor allem um

- physisch/motorische Tests zur Fitness in Bezug auf Ausdauer, Kraftausdauer, Beweglichkeit, evtl. Haltung (Münchener Fitnessstest, Cooper-Test, Shuttle-Run-Test)
- Tests zur Selbst- und Fremdwahrnehmung sowie
- zur Technik/Taktik durch Beobachtung, Videoanalyse, Fremd- und Selbsteinschätzungsbögen (Feedback-Bögen, Kann-Blätter, Lerntagebücher).

9 Qualitätssicherung und Evaluation

Die Fachkonferenz Sport stellt die Qualitätsentwicklung und -sicherung des Sportunterrichts am Conrad von Soest Gymnasium sicher und verpflichtet sich zur regelmäßigen Teilnahme an Implementationsveranstaltungen, Qualitätszirkeln für die Unterrichtsentwicklung im Fach Sport sowie an Fortbildungen im Rahmen der Unterrichtsentwicklung und Förderung des Schulsports. Als Rahmen hierfür gilt das allgemeine Fortbildungskonzept des Conrad von Soest Gymnasiums.

Die Koordination für die Unterrichtsentwicklung und für die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne übernimmt der Fachvorsitz gemeinsam mit dem Kernteam.

Die Fachkonferenz passt das Curriculum an neue Vorgaben und aktuelle fachdidaktische Tendenzen an, mit dem Ziel, einen qualitativ hochwertigen und fachdidaktisch aktuellen Unterricht zu gewährleisten.

10 Methodenkonzept

Das Fachcurriculum Sport ist in das Methodenkonzept des Conrad von Soest Gymnasiums integriert.

11 Medienkonzept

Das Fachcurriculum Sport ist in das Medienkonzept des Conrad von Soest Gymnasiums integriert.

12 Schulinterner Lehrplan Sport für die Sekundarstufe I und II

12.1 Zuordnung der Kompetenzerwartungen und inhaltlichen Schwerpunkte zu den Unterrichtsvorhaben der Jahrgangsstufen 5-10

Die Fachschaft Sport hat für alle Jahrgangsstufen sowie für alle Bewegungsfelder und Sportbereiche Unterrichtsvorhaben entwickelt, die einen kontinuierlichen und vertieften Aufbau von Bewegungs- und Wahrnehmungs-, Methoden- und Urteilskompetenz vor dem Hintergrund inhaltlicher Schwerpunkte aus den Inhaltsfeldern ermöglichen.

Im Folgenden werden diese Übersichten dargestellt, welche die Dauer des UV, seine intentionale Ausrichtung durch pädagogische Perspektiven sowie damit einhergehende inhaltliche Zielsetzungen verdeutlichen.

Für die jeweilige Lehrkraft gibt es hierzu einzelne Unterrichtskarten die über die o.g. Informationen und die didaktischen und methodischen Schwerpunkte sowie mögliche Aufgabenformate und Aussagen zu Lernerfolgsüberprüfungen und zur Leistungsbeurteilung als gemeinsame Absprache in der Fachkonferenz zum Unterrichtsvorhaben verbindlich festschreiben.

Die unterschiedlichen Farben markieren die einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche, die dem jeweiligen UV zu Grunde liegen:

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

Nachrangig ist der Freiraum mit den aufgeführten Sportarten umzusetzen.

In Vorbereitung auf den Leistungskurs Sport sind von den Lehrkräften folgende Sportarten besonders in der Umsetzung zu berücksichtigen:

- Leichtathletik
- Volleyball

Aus organisatorischen Gründen (z.B. vorgegebene Schwimmbadzeiten, nicht für mehrere Klassen zur Verfügung stehendes Material, Wetter, ...) stellt die folgende Gesamtübersicht keine verbindlich festgelegte Abfolge der Unterrichtsvorhaben dar.

12.2 Gesamtübersicht: Obligatorik und Freiraum in der Sekundarstufe I

Wochen	Klasse 5 (4 Stunden)*	Klasse 6 (3 Stunden)*	Klasse 7 (3 Stunden)	Klasse 8 (3 Stunden)	Klasse 9 (3 Stunden)	Klasse 10 (2 Stunden)						
1	BF 1.1 (12 Std.) d f	BF 1.2 (6 Std.) d f	BF 7.4 (16 Std.) c e	BF 1.4 (6 Std.) a f	BF 2.4 (6 Std.) E	BF 7.8 (10 Std.) d e						
2		BF 1.3 (6 Std.) d f		BF 5.5 (10 Std.) a b	BF 7.7 (10 Std.) a e							
3		BF 2.1 (10 Std.) e		BF 7.3 (14 Std.) E	BF 3.5 (8 Std.) a		Freiraum (16 Std.) (Volleyball)	BF 7.9 (10 Std.) e				
4	BF 5.1 (18 Std.) a b	Freiraum (14 Std.) (Basketball)	Freiraum (16 Std.) (Volleyball)		Freiraum (12 Std.) (Volleyball)	BF 3.8 (8 Std.) a d f						
5				BF 5.2 (6 Std.) a e			BF 3.6 (8 Std.) d e f	BF 2.3 (8 Std.) e a	BF 5.5 (10 Std.) a b f			
6				BF 6.1 (14 Std.) b			BF 6.2 (14 Std.) B	Freiraum (12 Std.) (Fußball)	Freiraum (12 Std.) (Fußball)	BF 9.2 (10 Std.) c e	BF 5.7 (10 Std.) b c	
7	BF 7.1 (6 Std.) a	BF 2.2 (10 Std.) e	BF 5.4 (12 Std.) a		BF 7.5 (12 Std.) a e	Freiraum (14 Std.) (Handball)						BF 3.9 (12 Std.) d e
8												
9	BF 8.1 (6 Std.) f c	Freiraum (6 Std.) (Speckbrett)	Freiraum (10 Std.) (Hockey)	BF 7.6 (12 Std.) a e	BF 1.6 (8 Std.) f							
10						Freiraum (14 Std.) (Fußball)	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	BF 8.2 (8 Std.) c	Freiraum (12 Std.) (alternative Sportarten)	
11	BF 9.1 (10 Std.) c e	BF 4.4 (4 Std.) a c f	BF 4.1 (6 Std.) a f	BF 3.2 (10 Std.) a	BF 6.4 (12 Std.) f b							
12												BF 3.1 (8 Std.) a
13	BF 4.1 (6 Std.) a f	BF 3.2 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	BF 8.2 (8 Std.) c						
14							BF 4.2 (14 Std.) a c	BF 3.3 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	
15	BF 4.1 (6 Std.) a f	BF 3.2 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	BF 8.2 (8 Std.) c						
16												BF 4.2 (14 Std.) a c
17	BF 4.1 (6 Std.) a f	BF 3.2 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	BF 8.2 (8 Std.) c						
18							BF 4.2 (14 Std.) a c	BF 3.3 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	
19	BF 4.1 (6 Std.) a f	BF 3.2 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	BF 8.2 (8 Std.) c						
20												BF 4.2 (14 Std.) a c
21	BF 4.1 (6 Std.) a f	BF 3.2 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	BF 8.2 (8 Std.) c						
22							BF 4.2 (14 Std.) a c	BF 3.3 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	
23	BF 4.1 (6 Std.) a f	BF 3.2 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	BF 8.2 (8 Std.) c						
24												BF 4.2 (14 Std.) a c
25	BF 4.1 (6 Std.) a f	BF 3.2 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	BF 8.2 (8 Std.) c						
26							BF 4.2 (14 Std.) a c	BF 3.3 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	
27	BF 4.1 (6 Std.) a f	BF 3.2 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	BF 8.2 (8 Std.) c						
28												BF 4.2 (14 Std.) a c
29	BF 4.1 (6 Std.) a f	BF 3.2 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	BF 8.2 (8 Std.) c						
30							BF 4.2 (14 Std.) a c	BF 3.3 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	
31	BF 4.1 (6 Std.) a f	BF 3.2 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	BF 8.2 (8 Std.) c						
32												BF 4.2 (14 Std.) a c
33	BF 4.1 (6 Std.) a f	BF 3.2 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	BF 8.2 (8 Std.) c						
34							BF 4.2 (14 Std.) a c	BF 3.3 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	
35	BF 4.1 (6 Std.) a f	BF 3.2 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	BF 8.2 (8 Std.) c						
36												BF 4.2 (14 Std.) a c
37	BF 4.1 (6 Std.) a f	BF 3.2 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	BF 8.2 (8 Std.) c						
38							BF 4.2 (14 Std.) a c	BF 3.3 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	
39	BF 4.1 (6 Std.) a f	BF 3.2 (10 Std.) a	BF 4.3 (20 Std.) a	BF 3.4 (14 Std.) d e	BF 4.5 (12 Std.) b	BF 8.2 (8 Std.) c						
40												BF 4.2 (14 Std.) a c

* Sportunterricht wird in der Klasse 5 vierstündig und in der Klasse 6 dreistündig unterrichtet. In der Profilklassse Sport gibt es eine weitere, fünfte bzw. vierte Sportstunde pro Woche (Sport+). (vgl. Kapitel *Konzeption und Bausteine der Profilklassse Sport (Sport+)*)

12.3 Übersicht der Jahrgangstufen 5-10 (Obligatorik und Freiraum)

Stufe 5 – Obligatorik: 146 Stunden/ Freiraum: 14 Stunden

1. Sich zusammen anstrengen und Spaß haben – bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele spielen, Belastungssituationen erkennen und verstehen (BF 1)
2. Lasst uns die Pause sinnvoll nutzen – Erarbeitung (einfacher) Spiele unter besonderer Berücksichtigung der Regelvariation sowie deren Umsetzbarkeit (BF 2)
3. Rolle (Handstand, Rad) – grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen (BF 5)
4. „Spannungsgeladene Ninja Warriors“ – Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Geräte- und Abenteuerstationen und -parcours nutzen (BF 5)
5. Erste Tanzerfahrungen von Kopf bis Fuß: Einfache Bewegungen orientiert am Thema eines ausgewählten Liedes kreativ gestalten und unter Einbezug des Körperausdrucks und Mimik präsentieren (BF 6)
6. „Der Ball ist mein Freund“ – Sportspielübergreifende Basiskompetenzen aus der Heidelberger Ballschule in vielfältigen Spiel- und Übungsformen unter Berücksichtigung der individuellen Bewegungsqualität vertiefen (BF 7)
7. Ich kann im Team mit- und gegeneinander spielen! – einfache Aufgaben im Volleyball technisch und taktisch sicher sowie regelgeleitet bewältigen. (BF 7)
8. Let's roll – Verschiedene Möglichkeiten, sich gleitend, fahrend oder rollend fortzubewegen (BF 8)
9. Fairness bei Gruppen-/ Partnerkämpfen – Zweikämpfe spielerisch vorbereiten und beim Gegeneinander kooperieren (BF 9)
10. Auf die Plätze, fertig, los – vom vielfältigen zum schnellen Laufen (BF 3)
11. Große Sprünge machen – vom vielfältigen zum weiten Springen (BF 3)
12. Weites Werfen gar nicht so schwer! - Wir erlernen den Schlagballwurf mit Anlauf (BF 3)
13. Ich bewege mich im Wasser – Entwickeln und Erweitern elementarer Fähigkeiten im Wasser (BF 4)
14. Ich verbessere meine Brusttechnik und lerne den Startsprung – Technikorientierte Fertigkeitsschulung der Schwimmart Brust und Einführung des Startsprungs (BF 4)

Freiraum: Fußball (14 Std.)

Jahrgangsstufe 6 - Obligatorik: 100 Stunden/ Freiraum: 20 Stunden

15. Lauf mit, bleib fit! - mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd laufen (BF 1)
16. Wo sind meine persönlichen konditionellen Stärken? – Stärken und Schwächen psycho-physischer Leistungsfähigkeit erkennen, langfristig verbessern und das Aufwärmen als wichtigen Bestandteil des Sports kennenlernen (BF 1)
17. Systematisch und strukturiert spielen lernen – grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeiten im Volleyball anwenden (BF 7)
18. Aerobic (je nach Können auch mit Handgerät) – vom Aerobic (zum BallKoRobics) unter gestalterischen und gesundheitlichen Aspekten (BF 6)
19. Gewusst wie – Situationsgerechte Anwendung grundlegender Spielfertigkeiten und -fähigkeiten in kleinen Spielen (BF 2)
20. Schwingen, Stützen und Springen – an unterschiedlichen Turngeräten sicher turnen (Reck) (BF 5)
21. Vielseitigkeit gefordert – einen leichtathletischen Dreikampf vorbereiten und gemeinsam durchführen (Sprint, Weitsprung, Schlagballwurf) und das Sportabzeichen ablegen (BF 3)
22. Ich lerne eine neue Schwimmtechnik – Technikorientierte Fertigkeitsschulung der Schwimmart Kraul oder Rücken (BF 4)

Freiraum: Basketball (14 Std.), Speckbrett (6 Std.)

Jahrgangsstufe 7 - Obligatorik: 68 Stunden/ Freiraum: 52 Stunden

23. Fit und leistungsstark – Ausdauernd und technisch sauber schwimmen sowie andere retten können (BF 4)
24. „Unsere Wasser-Show“ – Erarbeiten unterschiedlicher Sprünge ins Wasser (BF 4)
25. „Den Anforderungen eines Turniers gewachsen sein“ – Spielsituationen im Tischtennis wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln (BF 7)
26. „Übung macht den Meister“ – Unterschiedliche leichtathletische Techniken durch gezieltes Lernen und Üben verbessern (BF 3)
27. Wir messen uns in einem selbst zusammengestellten Wettkampf - Einen leichtathletischen Wettkampf planen, durchführen und auswerten und Verbessern der Ausdauer (BF 3)
28. Kasten und Bock – Hindernisse auf unterschiedlichen Wegen sicher überwinden (BF 5)
29. Vielfältige Fortbewegungsherausforderungen entwickeln und sicher bewältigen (BF 8)

Freiraum: Volleyball (16 Std.), Fußball (12 Std.), Badminton (14 Std.), Hockey (10 Std.)

Jahrgangsstufe 8 - Obligatorik: 82 Stunden/ Freiraum: 38 Std.

30. Sport ist so vielseitig! – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten (BF 1)
31. Akrobatische Pyramiden – eine Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren und bewerten (BF5)
32. Rope Skipping – Eine ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltung mit dem Seil sowohl als Handgerät sowie als Gestaltungsobjekt unter konditionellen Leistungsvoraussetzung meistern (BF 6)
33. Wir experimentieren – Spielstrukturen erkennen, mit anderen vergleichen und kreativ verändern (BF 2)
34. Die gegnerischen Spieler überlisten – komplexe Spielsituationen im Basketball wahrnehmen und technisch – koordinativ und taktisch – kognitiv angemessen handeln (BF 7)
35. Erweiterung grundlegender Spielfertigkeiten und –fähigkeiten in komplexen Spielsituationen / Turniersituationen im Tischtennis (BF 7)
36. Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? – seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings kennen und anwenden (BF 1)
37. Das habe ich noch nie gemacht! – Hochsprung als neue Herausforderung annehmen (BF 3)

Freiraum: Volleyball (12 Std.), Fußball (12 Std.), Le Parcours (14 Std.)

Jahrgangsstufe 9 – Obligatorik: 62 Stunden/ Freiraum: 58 Stunden

38. Fit und gesund! – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern (BF 3)
39. Gegeneinander spielen und gewinnen wollen –Basketball regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen (BF 7)
40. Was spielen andere? - Spiele aus anderen Kulturen kennen lernen und praktisch umsetzen (BF 2)
41. So haben wir noch nie getanzt – Neue tänzerische Elemente z.B. vom Jumpstyle für eine Fitness-Gymnastik nutzen (BF 6)
42. Einführung in die Zweikampfsportart Judo (BF 9)
43. Mit Sicherheit! – fortgeschrittene Bewegungsfähigkeiten am Balken sachgerecht und situationsbezogen mit Sicherheits- und Hilfestellung turnen (BF 5)
44. Schwingen an Ringen – Kombination von verschiedenen Bewegungselementen zu einer Kür (BF 5)

Freiraum: Volleyball (16 Stunden), Handball (14 Stunden), Badminton (14 Stunden)

Jahrgangsstufe 10 – Obligatorik: 60 Stunden/ Freiraum: 20 Stunden

45. Ultimate Frisbee – Einführung eines Endzonenspiels unter Berücksichtigung der besonderen taktischen Herausforderungen (BF 7) 10
46. Volleyball – Fokussierung im 6:6 (BF 7) 10
47. Fußball – Grundtechniken im Zusammenspiel anwenden (BF 7) 10
48. Le Parcours – Eine spannende turnerische Partnergestaltung an der Hindernisbahn entwickeln und präsentieren (BF 5) 10
49. Leichtathletik – Kugelstoßen (BF 3) 12
50. Ausdauertraining geht auch in der Muckibude – ausgewählte Ausdauertrainingsformen aus dem Fitnessstudio unter Berücksichtigung von Fitnesstrends und Gesundheitsaspekten (BF 1) 8

Freiraum: alternative Sportarten wie Spikeball, HIIT oder Slackline (12 Stunden), Streetball 3:3 (8 Stunden)

12.4 Unterrichtsvorhaben der Jahrgangsstufen

Unterrichtsvorhaben der Jahrgangsstufen 5

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
Sich zusammen anstrengen und Spaß haben – bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele spielen, Belastungssituationen erkennen und verstehen (BF 1)		
BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: d – Leistung f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: • aerobe Ausdauerfähigkeit	Inhaltliche Schwerpunkte: • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmar, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min , Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen [6 BWK 1.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrations-fähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] • psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] UK • 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
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Belastungen wahrnehmen und eigene Leistungsfähigkeit einschätzen • Richtiges Aufwärmen kennen lernen • Heranführung an aerobe Ausdauerbelastung 	<ul style="list-style-type: none"> • Individuelles Lernen (jeder nach seinen Fähigkeiten) • Gruppenarbeit/ Staffelläufe 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Laufspiele • Staffelläufe • Dehnen • Kräftigen 	<p>unterrichtsbegleitend: <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • psycho-physische Leistungsfähigkeit (z.B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) • Kooperationsbereitschaft und Einhaltung von Regeln <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Reflexionsfähigkeit in Bezug auf eigenes Verhalten und die eigene Leistungsfähigkeit <p>punktuell: <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung der aeroben Ausdauerleistungsfähigkeit (Anforderungen siehe Anhang)

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 2.1
Lasst uns die Pause sinnvoll nutzen – Erarbeitung (einfacher) Spiele unter besonderer Berücksichtigung der Regelvariation sowie deren Umsetzbarkeit (BF 2)		
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] • Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten [6 BWK 2.2] • lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen [6 BWK 2.3] 		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"> • in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung der Bedeutung des Aufwärmens sowie die praktische Umsetzung • Entwicklung verschiedener Spielideen • Variation der Spielidee unter Berücksichtigung verschiedener Rahmenbedingungen • Erlernen bzw. situationsgerechtes Anwenden von Spielfertigkeiten und -fähigkeiten • Förderung des Miteinander-Spielens • Erarbeitung von grundlegenden Sicherheitsaspekten beim Spielen • Einüben von Präsentationstechniken (Vorstellen der Spielidee) 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren: Experimentieren mit unterschiedlichen Spielmaterialien. Erproben verschiedener Spielformen • Erstellen einer Übersicht zur Spielidee / zum Spielablauf 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • verschiedene Spielmaterialien • verschiedene Medien zur Präsentation 	<p>unterrichtsbegleitend: <u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperations- und Kompromissbereitschaft, • Einhaltung aufgestellter Regeln, Anstrengungsbereitschaft, • Offenheit für vorgestellte Spielideen <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aktives Einbringen in Gruppenarbeiten, Beiträge zu Unterrichtsgesprächen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation eigener Spielideen bzw. Spielvariationen <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berücksichtigung von Rahmenbedingungen, Verständlichkeit der Arbeitsergebnisse und Ausführungen

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 5.1
Rolle (Handstand, Rad) – grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen (BF 5)		
BF/SB 5 Bewegen an Geräten – Turnen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b – Bewegungsgestaltung
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] Struktur und Funktion von Bewegungen [a] Variation von Bewegung [b] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren, Bank/Balken/Slackline, Kasten/Bock, Sprossenwand, Boulder-/Kletterwand) demonstrieren [6 BWK 5.1] eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren [6 BWK 5.2] grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [6 BWK 5.3] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungs-situationen beschreiben [6 SK a1] wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1] MK <ul style="list-style-type: none"> mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1] einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] UK <ul style="list-style-type: none"> einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vorübungen zur Körperspannung • Erarbeitung von grundlegenden Sicherheitsaspekten und Regeln • Erarbeitung von grundlegenden Vereinbarungen zum Geräteauf und -abbau • Präsentation vor der Gruppe 	<ul style="list-style-type: none"> • Kriterienorientierte Partnerbeobachtung mit Beobachtungsbögen und Rückmeldung (Partnerkorrektur) (siehe Methodencurriculum) • Frei wählbare Stationen je nach individuellem Leistungsstand 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rolle vorwärts • Rolle rückwärts • Verbindungselemente <p>je nach Leistungsstärke:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Handstand • Rad <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körperspannung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><u>Methodenkompetenz:</u> Formen selbstständigen Arbeitens (z. B. Bildreihen zur Erarbeitung von Bewegungsfertigkeiten) Stationenlernen Zielgerichtetes Üben (individuell sowie in der Gruppe).</p> <p><u>Urteilskompetenz</u> Angemessene Verwendung von Fachbegriffen (z. B. der Turnelemente).</p> <p><u>Beobachtbares Verhalten:</u> Angemessener Auf- bzw. Abbau der Turngeräte unter Berücksichtigung der thematisierten Sicherheitsaspekte. Angemessene Hilfestellung leisten unter Berücksichtigung der thematisierten Sicherheitsaspekte (z. B. Wann und Wie kann ich Hilfestellungen leisten?). Übungs- bzw. Anstrengungsbereitschaft.</p> <p>punktuell:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <p>Bewertung der Endpräsentation:</p> <p>Orientiert an den grundlegenden Bewegungsfertigkeiten (z. B. Rolle, Handstand und Rad) sowie den thematisierten Gestaltungs- (z.B. Raum) und Ausführungskriterien (z. B. Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus).</p>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 5.2
<p>„Spannungsgeladene Ninja Warriors“ – Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Geräte- und Abenteuerstationen und -parcours nutzen</p>		
<p>BF/SB 5 Bewegen an Geräten – Turnen BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfertigkeiten ausprägen</p>	<p>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e – Kooperation und Konkurrenz</p>	
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen [5] • motorische Grundfähigkeiten und Fertigkeiten: Elemente der Fitness [1] 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren, Bank/Balken/Slackline, Kasten/Bock, Sprossenwand, Boulder-/Kletterwand) demonstrieren [6 BWK 5.1] • eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen [6 BWK 1.2] • grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden und nutzen [6 BWK 1.3] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] • selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Vermittlung von Spaß an turnerischen Grundübungen • Erarbeitung von grundlegenden Sicherheitsaspekten und Regeln • Erarbeitung von grundlegenden Vereinbarungen zum Geräteauf- und abbau (Wiederholung) 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit • frei wählbare Stationen nach eigenem Leistungsstand und individueller Wagniseinschätzung 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wagnis • Angst • Risiko 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Beobachtungsschwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Angemessener Auf- bzw. Abbau der Turngeräte unter Berücksichtigung der thematisierten Sicherheitsaspekte. • Angemessene Hilfestellung leisten unter Berücksichtigung der thematisierten Sicherheitsaspekte (z. B. Wann und Wie kann ich Hilfestellungen leisten?). • Übungs- bzw. Anstrengungsbereitschaft

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 6.1
<p>Erste Tanzerfahrungen von Kopf bis Fuß: Einfache Bewegungen orientiert am Thema eines ausgewählten Liedes kreativ gestalten und unter Einbezug des Körperausdrucks und Mimik präsentieren (BF 6)</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"> • Variation von Bewegung [b] • Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Kompositionen präsentieren [6 BWK 6.2] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <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"> • Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b 1] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Sammeln von variantenreichen Bewegungen orientiert an einer aktuellen Musikauswahl • Kurze Zusammenstellung der gesammelten Bewegung zu einer kleinen Präsentation mit Hilfe der Einführung von Zählzeiten (Aerobic-Basis-Schritte aus Klasse 6 können evtl. als Hilfe angeboten werden) • Üben und Präsentieren - >Endpräsentation 	<ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Ergebnissen und Berücksichtigung von Körpersprache 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • tanzende Bewegungen zur Musik <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zählzeiten 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung der Endpräsentation: Gesamtnote ergibt sich aus der Einzelnote und der Gruppennote • aufgabenadäquate Gruppenarbeit (z.B. zielgerichtetes Üben, kommunikativer Zusammenhalt in der Gruppen, bewusste Auseinandersetzung bei Problemen etc.) • Einzelnote (Ausführungskriterien): Körperspannung, Synchronität / Rhythmus, Ausführung der Mimik und Gestik • Gruppennote (Gestaltungskriterien): Optimale Auswahl der Bewegungen zur Musik, kreativer Anfang und Schluss, evtl. schon weitere... <p>punktuell:</p> <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • optimale Zwischenpräsentationen am Ende der Stunden je nach Voraussetzungen und Umständen der Gruppe <p><u>Urteilskompetenz:</u> Zwischenpräsentationen nach ausgewählten Kriterien beurteilen können -> insbesondere auch von nicht aktiven SuS</p>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
„Der Ball ist mein Freund“ – Sportspielübergreifende Basiskompetenzen aus der Heidelberger Ballschule in vielfältigen Spiel- und Übungsformen unter Berücksichtigung der individuellen Bewegungsqualität vertiefen		
BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> weitere Sportspiele und Sportspielvarianten 		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> 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"> wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] 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
<ul style="list-style-type: none"> • Variation der Spielidee unter Berücksichtigung verschiedener Rahmenbedingungen • Erlernen bzw. situationsgerechtes Anwenden von Spielfertigkeiten und -fähigkeiten • Förderung des Miteinander-Spielens • Erarbeitung von grundlegenden Sicherheitsaspekten beim Spielen • Kennenlernen verschiedener Ballspiele unter Berücksichtigung eines jeweils unterschiedlichen koordinativen Schwerpunkts 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren: Experimentieren mit unterschiedlichen Spielmaterialien. Erproben verschiedener Spielformen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Koordination • verschiedene Spielmaterialien 	<p>unterrichtsbegleitend: <u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperations- und Kompromissbereitschaft, • Einhaltung aufgestellter Regeln, Anstrengungsbereitschaft, • Offenheit für vorgestellte Spielideen <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aktives Einbringen in Gruppenarbeiten, Beiträge zu Unterrichtsgesprächen

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 7.2
Ich kann im Team mit- und gegeneinander spielen! – einfache Aufgaben im Volleyball technisch und taktisch sicher sowie regelgeleitet bewältigen		
BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele		Inhaltsfelder: d – Leistung 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"> Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] 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] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] UK <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
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erarbeiten des oberen Zuspiels • Techniken situationsgerecht anwenden • Spielgemäßes Konzept 	<ul style="list-style-type: none"> • Überwiegend spielerisch orientierte Bewegungsaufgaben • Schülerdemonstration • Teamwettbewerbe 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spiel 1 mit 1 und 1 gegen 1 • Spiel 2 mit 2 • oberes Zuspiel <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Volley“-Spielen • Oberes Zuspiel / Pritschen • Regelkenntnis 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Beobachtbares Verhalten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Absprachen und Kommunikation im Spiel • Regeleinhaltung <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielverständnis aufzeigen können <p>punktuell:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <p>technisch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • oberes Zuspiel <p>taktisch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegung zum Ball • Bereitschaftsposition • „Ich“-Rufen

Jahrgangsstufe 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 8.1
Let's roll – Verschiedene Möglichkeiten, sich gleitend, fahrend oder rollend fortzubewegen		
BF/SB 8 Gleiten, Fahren, Rollen – Roll-sport/Boots-sport/Wassersport		Inhaltsfelder: f – Gesundheit, c – Wagnis und Verantwortung
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none">• Rollen und Fahren auf Rollgeräten	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none">• Handlungssteuerung [c]• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät kontrolliert fortbewegen, gezielt die Richtung ändern sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen [6 BWK 8.1] • grundlegende, gerätspezifische Anforderungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter bewegungsökonomischen oder gestalterischen Aspekten sicherheitsbewusst bewältigen [6 BWK 8.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1] • die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1] MK <ul style="list-style-type: none"> • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wiederholung der grundlegenden Regeln bei der Benutzung eines Rollbrettes (SuS haben Thema in Grundschule bereits gemacht und Rollführerschein erworben) • Erstellen eines Hindernis-Parkours sowie dessen Umfahrung • Verschiedene Staffelformen • Erarbeitung und Durchführung eines neuen Spiels bei dem das Rollbrett eine tragende Rolle spielen soll 	<ul style="list-style-type: none"> • Vielfältige Übungsformen • Stationenlernen • Gruppenarbeit zur Erarbeitung des neuen Spiels 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rollbretter • Beachtung der Sicherheitsregeln beim Rollbrettgebrauch (z.B. Haltegriffe, etc.) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterstützen Unterrichtsverlauf und zeigen Verantwortungsbereitschaft für sich, andere und das Produkt • sie nehmen Rücksicht, zeigen Konfliktfähigkeit und Empathie <p>punktuell:</p>

Jahrgangsstufe 5	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 9.1
Fairness bei Gruppen-/ Partnerkämpfen: Zweikämpfe spielerisch vorbereiten und beim Gegeneinander kooperieren		
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] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <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] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <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 e 1] MK <ul style="list-style-type: none"> • in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeld-spezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e 2] 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
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spiel- und Übungsformen ohne und mit direktem Körperkontakt erleben • Spielerische Kampfformen kennen lernen • Kampfformen erproben und verantworten 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren verschiedener Kampfformen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Kampfformen • Spielformen mit/ ohne Körperkontakt • Regeln zur Fairness beim Ringen und Raufen • Kämpfen mit Handicaps bei ungleichen Ausgangssituationen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bodenkampf 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><u>Beobachtbares Verhalten:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft <u>Methodenkompetenz:</u> • Regelbewusstsein <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <p>Verantwortungsvolles Ausfüllen der Schiedsrichterrolle</p> <p>punktuell:</p>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 3.1
Auf die Plätze, fertig, los – vom vielfältigen zum schnellen Laufen		
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] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1] • leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen [6 BWK 3.2] 		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"> • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1] UK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Anwendung und Unterscheidung Hochstart und Tiefstart • Anwendung des Startkommandos als Läufer und „Starter“; richtiger Umgang mit Stoppuhren anbahnen • Unterschiedliche Formen des Laufens [vorwärts – rückwärts; gleichmäßig – ungleichmäßig (Steigerungsläufe); kurz – lang (Sprint – Ausdauer)] • Körperreaktionen in Belastungs- und Erholungsphasen (Atmung, Herzschlag, „Puddingbeine“, Schwitzen...) • Erkennen der eigenen Leistungsfähigkeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Überwiegend spielerisch orientierte Bewegungsaufgaben • Schülerdemonstration (z.B. Ausführung vom Tiefstart) • Kriterienorientierte Partnerbeobachtung und Rückmeldung 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hoch- und Tiefstart • Lauf-ABC / Koordination (Anfersen, Skippings, Kniehebellauf, Rückwärtslaufen, Fußgelenksarbeit, Hopserlauf, Überkreuzen,...) • Staffeln (Pendelstaffel, Wendestaffel, Memorystaffeln, Würfelstaffel,...) • Fang- und Laufspiele (Schwarz-Weiß, Drachenschwanzfangen, Nummernwettlauf, „Komm mit - Laufweg“, Frühstarter,...) • 50m-Sprint <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hochstart und Tiefstart - Lauf-ABC 	<p>unterrichtsbegleitend: <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungs- und Übungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation des Tiefstarts <p>Beobachtungskriterien: <u>BWK und MK:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität; Umsetzung im Unterricht erarbeiteter Kriterien: z.B. Armbreite, Körperschwerpunkt, Startkommando („Auf die Plätze, fertig, los“)

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 3.2
Große Sprünge machen – vom vielfältigen zum weiten Springen		
BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen
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] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1] • leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen [6 BWK 3.2] 		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"> • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1] 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
<ul style="list-style-type: none"> • Vielfältiges Springen (z.B. Seilchenspringen, Weitsprung, Jump-and-Reach, Standweitsprung, Bocksprung, Springen über Hindernisse) • Erlernen der verschiedenen Phasen eines Sprunges: Anlauf, Absprung, Flugphase, Landung • Unterscheidung von Sprung- und Schwungbein • Messen und Präparieren der Weitsprunggrube (Sicherheitsaspekte: Umgang mit der Harke, Grube sperren und freigeben) • Anlauf und Absprung aus der Zone (Weitsprung) 	<ul style="list-style-type: none"> • Überwiegend spielerisch Bewegungsaufgaben mit hohem Aufforderungscharakter • Schülerdemonstration 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine Sprungschule (Schlussprünge/Froschsprünge, Hopslerlauf, Wechselsprünge, Sprungläufe (z.B. mit Reifen), Steigesprünge, Einbeinsprünge) • Stand-Weitsprung • Weitsprung (über Bananenkartons) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anlauf, Absprung, Flugphase, Landung 	<p>unterrichtsbegleitend: <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungs- und Übungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration der Weitsprungtechnik <p>Beobachtungskriterien: <u>BWK und MK:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität der Umsetzung im Unterricht erarbeiteter Kriterien: z.B. Temposteigernder Anlauf

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 3.3
Weites Werfen gar nicht so schwer! - Wir erlernen den Schlagballwurf mit Anlauf		
BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungskernen
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] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1] • leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen [6 BWK 3.2] 		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"> • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1] UK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Vielfältige Wurfbewegungen (rechts, links, beidhändig, in der Schrittstellung o. mit geschlossenen Füßen) • Werfen mit unterschiedlichen Materialien (Tennisball, Schlagball, Handball, Softball, Vortex-Ball, Soft-Speer) • Anwendung und Unterscheidung von Standwurf und Wurf aus dem Anlauf (3-Schritt-Rhythmus) • Phasierung von Wurfbewegungen • Eigenständiges Messen beim Schlagballwurf 	<ul style="list-style-type: none"> • Überwiegend spielerisch orientierte Bewegungsaufgaben • Schülerdemonstration (z.B. 3-Schritt-Rhythmus) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine Wurfschule (z.B. weit, hoch; Schockwürfe, Schlagwürfe; aus dem Stand, mit Anlauf) • Wurfspiele (z.B. Zielwerfen, Treibball, Schlagwurf-Golfen) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stemmschritt 	<p>unterrichtsbegleitend: <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungs- und Übungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration der Schlagwurftechnik <p>Beobachtungskriterien: <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz & Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität; Umsetzung im Unterricht erarbeiteter Kriterien: z.B. Ballhaltung, Wurfauslage, Stemmschritt

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 4.1
Ich bewege mich im Wasser – Entwickeln und Erweitern elementarer Fähigkeiten im Wasser (BF 4)		
BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen f – Gesundheit
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • 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] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] 	
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] • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] • grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1] MK <ul style="list-style-type: none"> • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Übungen der Wassergewöhnung • Auftrieb, Sinken und Gleiten im Wasser nach individuellen Vorerfahrungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerübungen 	<p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Baderegeln • Auftrieb, Sinken und Gleiten 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • psycho-physische Leistungsvoraussetzungen • Selbst- und Mitverantwortung <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wille, Engagement, aktive Mitarbeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ggf. Test zu den Baderegeln

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 4.2
Ich verbessere meine Brusttechnik und lerne den Startsprung – Technikorientierte Fertigkeitsschulung der Schwimmarbeit Brust und Einführung des Startsprungs (BF 4)		
BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c – Wagnis und Verantwortung
Inhaltliche Kerne: • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Handlungssteuerung [c]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2] • in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen [6 BWK 4.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] • die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1] MK • verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1] UK • einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Phasierung der Brustlage • Bewegungsmerkmale beim Schwimmen (Widerstand) • unterschiedliche Anforderungen der Gleichzugtechnik 	<ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungsbogen zu den Phasen der Brustlage (Partnerbeobachtung und Feedback) • Feedback / Feedbackregeln (siehe Methodencurriculum) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partnerübungen zu den einzelnen Phasen und Teilbereichen der Brustlage • Feedbackregeln (siehe Methodencurriculum) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Widerstand • Bewegungsphasen • Beobachtungsbogen 	<p>unterrichtsbegleitend / punktuell:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • psycho-physische Leistungsvoraussetzungen • technisch-koordinative Leistungsvoraussetzungen • Verhalten im Schwimmbad • Durchführung der Partnerreflexionen • Techniküberprüfung <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Umgang mit Beobachtungsbogen

Unterrichtsvorhaben der Jahrgangsstufen 6

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 1.2
Lauf mit, bleib fit! - mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd laufen		
BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten 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 Laufen (40 Minuten Jungen, 35 Minuten Mädchen) erbringen [6 BWK 1.4] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrations-fähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] UK <ul style="list-style-type: none"> körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vermittlung von Spaß am ausdauernden Laufen • Erkennen und Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit • Anpassung der Belastungsintensität an die eigene Leistungsfähigkeit und die von anderen (z.B. bei Mannschaftsaufgaben) – zwischen Unter- und Überforderung („Laufen ohne zu Schnaufen“, „Quasseltempo“) • Laufen mit Hindernissen • Laufen mit speziellen Aufgaben (Figuren laufen, Rhythmus, variierende Geschwindigkeiten, Dreieckslauf...) • Laufen mit Zeitvorgaben (Zeitschätzläufe, Minutenläufe, Umkehrläufe, das Alter in Minuten laufen) • Laufen in wechselndem Gelände (Rundbahn, Halle, Wiese, Tartanplatz) • Laufen in Wettspielform (Sammelaufgaben, Staffeln, Memoryläufe, Variationen von kleinen und großen Spielen) 	<ul style="list-style-type: none"> • Überwiegend spielerisch orientierte Bewegungsaufgaben mit dem Schwerpunkt auf dem Belastungsumfang und nicht der Belastungsintensität (aerobe Belastungen) • Einzel-, Partner- und Teamwettbewerbe • Beobachtungsbögen zu eigenen Körperreaktionen und dem individuellen Belastungsempfinden 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körperreaktionen in Belastungs- und Erholungsphasen (Atmung, Herzfrequenz, „Puddingbeine“, Schwitzen...) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Atmung • Herzfrequenz • Schweiß • aerobe Ausdauer • Merkmale des Ausdauerlaufens 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Durchhaltevermögen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • eine nicht-normierte LZA erbringen <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Laufen ohne Unterbrechung bei beliebigem Tempo • Wertetabelle siehe Anhang

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 1.3
<p>Wo sind meine persönlichen konditionellen Stärken? – Stärken und Schwächen psycho-physischer Leistungsfähigkeit erkennen, langfristig verbessern und das Aufwärmen als wichtigen Bestandteil des Sports kennenlernen</p>		
<p>BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</p>		<p>Inhaltsfelder: d – Leistung f – Gesundheit</p>
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • allgemeines und spezielles Aufwärmen • weiteren Kern einfügen 		<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen 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 SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrations-fähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] • psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] • Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2] <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]

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Belastungen wahrnehmen und einschätzen können • Verschiedene Übungen zur Ausdauersteigerung kennen lernen und beschreiben • Anpassung der Laufgeschwindigkeit an die individuelle Leistungsfähigkeit • Aufwärmen • Zeitläufe • Orientierungsläufe • Ausdauerübungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Individuelles Lernen (jeder nach seinen Fähigkeiten) • Erstellen einer Übersicht zu den Merkmalen des Ausdauerlaufens 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aerobe Ausdauer • Merkmale des Ausdauerlaufens • Aufwärmen und Dehnen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Beobachtungskriterien: <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • konditionelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen zeigen und verbessern • psychische Reaktionen bei Erreichen der Leistungsgrenze (aufgeben, „jetzt erst recht“, etc.) <p><u>Methodenkompetenz & Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • konditionelle Fähigkeiten (aerobe Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Koordination) überprüfen, trainieren und Leistungsfortschritt bewerten

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 7.3
Systematisch und strukturiert spielen lernen – grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeiten im Volleyball anwenden		
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 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"> sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] UK <ul style="list-style-type: none"> sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spaß am Volleyball • Techniken situationsgerecht anwenden • Spielgemäßes Konzept 	<ul style="list-style-type: none"> • Überwiegend spielerische Bewegungsaufgaben mit hohem Aufforderungscharakter • Schülerdemonstration • Einzel-, Partner- und Teamwettbewerbe 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kurze Wiederholung grundlegender Techniken • vom Spiel 2 mit 2 zum Spiel 2 gegen 2 <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unteres Zuspiel/ Baggern 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Verantwortungsvolles Ausfüllen der Schiedsrichterrolle <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielsituationen erklären und anwenden können <p>Beobachtbares Verhalten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Eigenes Verhalten reflektieren können <p>punktuell:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <p>technisch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unteres Zuspiel <p>taktisch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fairness • im Spiel 2:2

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 6.2
Aerobic (je nach Können auch mit Handgerät) – vom Aerobic zum BallKoRobics unter gestalterischen und gesundheitlichen Aspekten		
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"> Variation von Bewegung [b] Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <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 gymnastischen Bewegungsgestaltung nutzen [6 BWK 6.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen [6 SK b 2] MK <ul style="list-style-type: none"> einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b 2] UK <ul style="list-style-type: none"> kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b 1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Üben der Basisschritte mit rückgreifender Wiederholung der Zählzeiten aus Klasse 5 sowie einer vorgegebenen Gruppen-Grundchoreografie • Vergleich der Basis-Schritte mit High-Impact-Schritten, sowie Erweiterung der Grundchoreografie um High-Impact-Schritte • Erproben und üben von passenden Armbewegung, sowie Einbau in die Gruppenchoreografie • Veränderung der Gruppenchoreografie um vielfältige Raumwege und Bewegungsformationen (Gestaltungskriterien) 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • Erproben und Experimentieren verschiedener Schritte und Armbewegungen mit Hinzunahme des Handgerätes „Ball“ 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe: Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Basis- und High- Impact-Schritte sowie verschiedene Armbewegungen (im Zusammenhang mit Beat und Metrum) • Aufbau einer rhythmischen Bewegungsgestaltung / Komposition: Zählzeiten, Phrase • Gestaltungskriterien: Raumwege und Formationen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beat, Metrum • Low- und High-Impact • Komposition – Zählzeiten, Phrase • Gestaltungskriterien (Raumwege, Formationen) 	<p>unterrichtsbegleitend: (hier am Ende des UV): <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausführung der Schritte und Armbewegungen, Körperspannung und Rhythmus /Synchronität • Gestaltungskriterien (variantenreicher Wechsel der Raumwege und Formationen) <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Choreografie unter den aufgeführten Gestaltungskriterien und unter Zuhilfenahme der bekannten Schritte und Bewegungen

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 2.2
Gewusst wie – Situationsgerechte Anwendung grundlegender Spielfertigkeiten und -fähigkeiten in kleinen Spielen		
BF/SB 2 Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Kleine Spiele und Pausenspiele		Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen [6 BWK 2.3] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen MK <ul style="list-style-type: none"> selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] UK <ul style="list-style-type: none"> sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kennenlernen verschiedener Spiele • Erarbeitung bzw. Vertiefung der Spielfertigkeit • Erweiterung der Spielfähigkeit • Situationsangemessenes Handeln bei kleinen Spielen • Reaktion auf veränderte Bedingungen • Umgang mit Sieg / Niederlage • Einschätzen / Erfahren der eigenen Leistungsfähigkeit • Thematisierung des Fair-Play-Gedankens 	<ul style="list-style-type: none"> • überwiegend spielerisch orientiert • Gruppenarbeit 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe: Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielformen • Individual-/ Mannschaftstaktik • Fair Play 	<p>unterrichtsbegleitend: <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz & Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fairplay • situationsgerechtes technisches und taktisches Handeln, Anstrengungsbereitschaft <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verhalten in der Gruppe

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 5.3
Schwingen, Stützen und Springen – an unterschiedlichen Turngeräten sicher turnen (Reck)		
BF/SB 5 Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b – Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen • normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Informationsaufnahme u. -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] • Variation von Bewegung [b] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren, Bank/Balken/Slackline, Kasten/Bock, Sprossenwand, Boulder-/Kletterwand) demonstrieren [6 BWK 5.1] • eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren [6 BWK 5.2] • grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungssituationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [6 BWK 5.3] 	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] • Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1] MK <ul style="list-style-type: none"> • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1] • einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] UK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vorübungen zur Körperspannung • Erarbeitung von grundlegenden Sicherheitsaspekten und Regeln • Erarbeitung von grundlegenden Vereinbarungen zum Geräteauf- und abbau • Präsentation vor der Gruppe • Hilfestellung und Sicherheitsstellung 	<ul style="list-style-type: none"> • Übungsreihe zum Erlernen des Felgaufschwungs • Kriterienorientierte Partnerbeobachtung und Rückmeldung • Frei wählbare Stationen je nach individuellem Leistungsstand 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe: Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Felgaufschwung in den Stütz • Unterschwingung • Umschwung • Kammgriff • Ristgriff • Hilfestellung • Sicherheitsstellung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><u>Methodenkompetenz:</u> Formen selbstständigen Arbeitens, Zielgerichtetes Üben</p> <p><u>Urteilskompetenz:</u> Gegebenenfalls Zwischenpräsentationen unter Berücksichtigung der thematisierten Gestaltungs- und Ausführungskriterien beurteilen können</p> <p>Angemessene Verwendung von Fachbegriffen z. B. der Turnelemente)</p> <p><u>Beobachtbares Verhalten:</u> Angemessener Auf- bzw. Abbau der Turngeräte unter Berücksichtigung der thematisierten Sicherheitsaspekte. Angemessene Hilfestellung leisten unter Berücksichtigung der thematisierten Sicherheitsaspekte (zunehmend selbstständiger) Übungs- bzw. Anstrengungsbereitschaft.</p> <p>punktuell</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u> Turngeräte bzw. Bewegungsfertigkeiten isoliert oder: Erstellen einer Kür an einem Turngerät (z.B. drei turnerische Elemente am Reck) unter Berücksichtigung der thematisierten Ausführungskriterien (Bewegungsgenauigkeit, -fluss und -dynamik)</p>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 3.4
Vielseitigkeit gefordert – einen leichtathletischen Dreikampf vorbereiten und gemeinsam durchführen (Sprint, Weitsprung, Schlagballwurf) und das Sportabzeichen ablegen		
BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfelder: d – Leistung e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) • traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe und Mehrkämpfe 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Leistungsverständnis im Sport [d] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <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] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1] UK <ul style="list-style-type: none"> • ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelgerechte Ausführung der Disziplinen 50m Sprint, Weitsprung, Schlagballwurf • Aufgaben eines Wettkampfrichters: Sicherheitsvorkehrungen einhalten, eigenständiges Messen • Zielorientiertes Üben ermöglichen (Training für Wettkampfsituationen) • die eigene Leistungsfähigkeit im Vergleich zu anderen erkennen und angemessen damit umgehen (Vielseitigkeit) 	<ul style="list-style-type: none"> • Unterscheidung zwischen Übungszeiten und Wettkampfsituationen • Eigenständiges Üben 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine Sprung-, Lauf- und Wurfschule • 50m-Sprint aus dem Tiefstart • Weitsprung aus der Zone Schlagballwurf aus dem Anlauf 	<p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • angemessenes Trainings- und Wettkampfverhalten (z.B. beim Aufwärmen) zeigen • Anstrengungsbereitschaft, Willensstärke und Motivation zeigen • Hilfsbereitschaft und Teamgeist demonstrieren <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ablegen des Sportabzeichens (Dreikampf + weitere Bereiche)

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 20	Nummer des UVs im BF/SB: 4.3
Ich lerne eine neue Schwimmtechnik – Technikorientierte Fertigkeitsschulung der Schwimmart Kraul oder Rücken		
BF/SB 4 Bewegungen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen • Schwimmarten einschließlich Start und Wende 		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]
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] • 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"> • 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"> • einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] UK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erlernen einer neuen Wechselzugtechnik • grundlegende Unterscheidung zwischen Gleichzug und Wechselzug • Phasierung der Wechselzugtechnik 	<ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungsbogen zu den Phasen und Elementen der Wechselzugtechnik • Ausdauerübungen • Individualisierung: Die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen und anwenden 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gleichzug • Wechselzug • Mittelzeitausdauer • Phasierung der Wechselzugtechnik 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz & Methodenkompetenz:</u></p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verhalten im Schwimmbad • Durchführung der Partnerreflexionen • Umgang mit Beobachtungsbogen <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techniküberprüfung • 200m Ausdauerüberprüfung (optional für das Sportabzeichen)

Unterrichtsvorhaben der Jahrgangsstufen 7

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 4.4
Fit und leistungsstark – Ausdauernd und technisch sauber schwimmen sowie andere retten können		
BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c – Wagnis und Verantwortung f – Gesundheit
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • Schwimmarten einschließlich Start und Wende 		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] • Handlungssteuerung [c] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • Eine Wechselzug- und Gleitzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher ausführen [10 BWK 4.1] • Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- und Fremdrehtung sachgerecht nutzen [10 BWK 4.2] 		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] • 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, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a2] • die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1] UK <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1] • 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
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vertiefung und Wiederholung der Schwimmart Kraul oder Rücken • individuelle aerobe Belastungen wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen • Anpassung der Geschwindigkeit an die Leistungsfähigkeit • Gefahren einschätzen und sinnvoll reagieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Individualisierung: Eigene Grenzen einschätzen • Partnerarbeit: Gefahrensituationen bewältigen 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rettungsgriffe • Erste Hilfe • Ausdauer 	<p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz & Methodenkompetenz:</p> <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • (L1) psycho-physische Leistungsbereitschaft • (L5) fachliche Kenntnisse • (L13) Selbst- und Mitverantwortung • (L14) Anstrengungsbereitschaft <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft auch auf längere Schwimmstrecken • Verantwortung für den Partner beim Rettungsschwimmen • Verhalten in der Schwimmhalle <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 400m Schwimmen – Tabelle mit Leistungsanforderungen siehe Anhang • Anwendung von einem Rettungsgriff und einer Schlepptechnik

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UV: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 4.5
„Unsere Wasser-Show“ – Erarbeiten unterschiedlicher Sprünge ins Wasser		
BF/SB 4 Bewegungen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser 		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"> • grundlegende Techniken und Fertigkeiten im Wasser (Schwimmen, Tauchen oder Springen) spielerisch oder ästhetisch oder kreativ zur Bewältigung unterschiedlicher Anforderungssituationen im Wasser nutzen [10 BWK 4.1] 		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"> • 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] 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
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Springen ins Wasser von normierten Absprunganlagen • Gefahren einschätzen 	<ul style="list-style-type: none"> • Individualisierung: Eigene Grenzen einschätzen 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körperspannung • Startsprünge • Rotation 	<p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz & Methodenkompetenz:</p> <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • • (L13) Selbst- und Mitverantwortung • • (L14) Anstrengungsbereitschaft <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verhalten in der Schwimmhalle

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

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vermittlung von Spaß am Tischtennis • Spielformen zur Schlägerhaltung und Ballgewöhnung • Erarbeiten verschiedener Schlagtechniken mithilfe von Arbeitskarten • Spielgemäßes Konzept • Erkennen und Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Überwiegend spielerisch orientierte Bewegungsaufgaben • Einzel-, Partner- und Teamwettbewerbe • Beobachtungsbögen zu eigenen Schlagtechniken 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielformen zur Schlägerhaltung und Ballgewöhnung • Spiele an der Platte: Grundstellung, Schlägerhaltung, Vor- und Rückhandeinsatz • Konterschläge VH / RH • Aufschläge • Schupfschläge / Unterschnittschläge • Topspin (Vh) • Spielformen • Abschlussturnier 	<p>prozessbegleitend:</p> <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Turnierform selbstständig organisieren • Spielsituation erklären und anwenden können • Beobachtbares Verhalten: • Fairnessregeln (z.B. Mit-/ Gegenspieler nicht beschimpfen, „Entschuldigung“ sagen bei Netzroller, Hand geben vor/ nach dem Spiel) beachten <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielverständnis aufzeigen <p>punktuell:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <p>technisch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 Techniken beherrschen (z.B. Rückhand-Schupf, Konterschlag) und im Spiel anwenden können <p>taktisch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techniken im Spiel unter Einbezug der Regeln sinnvoll und effektiv anwenden können • Fair spielen

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 3.5
„Übung macht den Meister“ – Unterschiedliche leichtathletische Techniken durch gezieltes Lernen und Üben verbessern		
BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> 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 Fertigniveau ausführen [10 BWK 3.1] 	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] unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, 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 Einsatz unterschiedliche 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
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wiederholung und Vertiefung bekannter Inhalte aus Jahrgangsstufe 5 • Regelgerechte Ausführung der Disziplinen Sprint, Weitsprung und Wurf 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen zu Wurf, Weitsprung und Sprint • Eigenständiges Üben, Schülerdemonstration • Kriterienorientierte Partnerbeobachtung und Rückmeldung 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine Sprung-, Lauf- und Wurfchule • 75m-Sprint • Weitsprung aus der Zone • Schlagballwurf aus dem Anlauf 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft, Willensstärke und Motivation zeigen • Hilfsbereitschaft • angemessenes Trainings- und Wettkampfverhalten zeigen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ggf. Abnahmen für das Sportabzeichen

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 3.6
<p>Wir messen uns in einem selbst zusammengestellten Wettkampf - Einen leichtathletischen Wettkampf planen, durchführen und auswerten und Verbessern der Ausdauer</p>		
<p>BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</p>		<p>Inhaltsfelder: d – Leistung, e – Kooperation und Konkurrenz f – Gesundheit</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"> • Leistungsverständnis im Sport [d] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen [10 BWK 3.1] • einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen [10 BWK 3.3] 		<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] <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"> • den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Gendersaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Staffelwechsel ausprobieren und verbessern (Wechselarm, Wechselkommandos, Ablaufmarkierungen) • Organisation eines Mannschaftswettkampfes mit anschließender Auswertung und Verbesserung • Umgang mit Sieg und Niederlage • Laufspiele als Vorbereitung zur Erhaltung und Verbesserung der aeroben Ausdauerleistungsfähigkeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Kriterienorientierte Partnerbeobachtung und Rückmeldung (z.B. Ablaufmarkierungen, Wechselzone, Wechselkommandos) • Selbststeuerung des Unterrichts: Gruppenarbeiten zur Organisation des Mannschaftswettkampfes • Team- und Staffelwettbewerbe 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Staffellauf (Sprint): Pendelstaffeln, 4x50m Staffel • Weltrekordstaffel Ausdauerwettbewerbe (Staffel- oder Teamwettbewerbe): Biathlon, Duathlon 	<p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz & Methodenkompetenz:</u></p> <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Planen und Durchführen des Wettkampfes (z.B. Weltrekordstaffel, Biathlon,...) <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung eines Staffelwechsels nach vorher im Unterricht erarbeiteten Kriterien. z.B. Nutzung gegengleicher Arme, Wechsel bei Sprintgeschwindigkeit, Nutzung von Ablaufmarkierungen, Kommandos zw. An- und Abläufer, ggf. „Blinder Wechsel“ <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz & Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung der aeroben Ausdauerleistungsfähigkeit (Anforderungen siehe Anhang)

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 5.4
Kasten und Bock – Hindernisse auf unterschiedlichen Wegen sicher überwinden		
BF/SB 5 Bewegen an Geräten – Turnen		Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltlicher Kern: <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 5.4] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen <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] unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1] 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
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung von grundlegenden Sicherheitsaspekten und Regeln • Erarbeitung von grundlegenden Vereinbarungen zum Geräteauf- und abbau • Präsentation vor der Gruppe • Hilfe- und Sicherheitsstellung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilfestellung • Sicherheitsstellung 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren von verschiedenen Möglichkeiten ein Hindernis zu Überwinden (im vorgegebenen Sicherheitsrahmen) • Frei wählbare Stationen je nach individuellem Leistungsstand 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grätschsprung • Aufhocken auf den Kasten • Hockwende • Hocke 	<p>punktuell (hier am Ende des UVs): <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u> Parkour-Durchlauf unter Berücksichtigung der Überwindung verschiedener Hindernisse (Schwierigkeitsgrad) sowie der Bewegungsausführung (z. B. Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik).</p> <p>prozessbegleitend: <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u> Individuelle Entwicklung von Bewegungsfertigkeiten sowie zunehmendes Vertrauen in die eigenen Fertigkeiten. Dauerhafte Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft ohne Rücksicht auf sportliche Interessen und Neigungen.</p> <p>prozessbegleitend: Methodenkompetenz: Formen selbstständigen Arbeitens (z. B. Bildreihen zur Erarbeitung von Bewegungsfertigkeiten). Stationenlernen. Zielgerichtetes Üben (individuell sowie in der Gruppe). Entwickeln, Präsentieren und Durchlaufen eines eigenen Hindernis-Parkours (in Gruppen).</p> <p><u>Urteilskompetenz:</u> Beurteilen der eigenen sportbezogenen Handlungskompetenz (Überwinden der Hindernisse). Angemessene Verwendung von Fachbegriffen z. B. der Turnelemente).</p> <p><u>Beobachtbares Verhalten:</u> Angemessener Auf- bzw. Abbau der Turngeräte unter Berücksichtigung der thematisierten Sicherheitsaspekte. Angemessene Hilfestellung leisten unter Berücksichtigung der thematisierten Sicherheitsaspekte (zunehmend selbstständiger). Übungs- und Anstrengungsbereitschaft.</p>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 8.2
Vielfältige Fortbewegungsherausforderungen entwickeln und sicher bewältigen		
BF/SB 8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/ Wassersport		Inhaltsfeld: c – Wagnis und Verantwortung
Inhaltlicher Kern: • Gleiten und Fahren		Inhaltliche Schwerpunkte: • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c] • Handlungssteuerung [c]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen [10 BWK 8.1] • gerätspezifische, 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"> • unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) für das Sporttreiben erläutern [10 SK c1] • 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"> • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Weiterentwicklung technisch-koordinativer Fertigkeiten beim Gleiten, Rollen oder Fahren in selbstgestaltetem Hindernisparcours • Staffel- und Spielformen • Erarbeitung sowie Umsetzung von Sicherheitsaspekten • Erarbeitung der Bedeutung der Sicherheitsausrüstung (Helm, Schoner usw.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • Indoor 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • verschiedene Spielformen • verschiedene Materialien 	<p>prozessbegleitend:</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Umgang mit dem Gerät <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisations- und Sicherheitsbedingungen kennen und alleine und in der Gruppe unter Aufsicht der Lehrkraft sachgerecht anwenden <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Hindernisparcours durchfahren lassen (z.B. mit Zeitstrafen für Hindernisberührungen)

Unterrichtsvorhaben der Jahrgangsstufen 8

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 1.4
<p>Sport ist so vielseitig! – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten (BF 1)</p>		
<p>BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</p>		<p>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen 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"> Struktur und Funktion von Bewegungen [a] Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen [10 BWK 1.1] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen 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] Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sachgerechtes Aufwärmen kennen- und verstehen lernen • Reaktion des eigenen Körpers verstehen 	<p>Gruppenarbeit:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufwärmen vorbereiten und durchführen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeines/ spezielles Aufwärmen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>punktuell:</p> <p>Beobachungskriterium:</p> <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • ein Aufwärmprogramm mit der Klasse durchführen anhand vorher festgelegter Kriterien

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 5.5
Akrobatische Pyramiden – eine Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren und bewerten (BF5)		
BF/SB 5 Bewegungen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b – Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Akrobatik 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Informationsaufnahme u. -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Variation von Bewegung [b] • Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b] • Ausgangspunkte von Gestaltungen [b] • Gestaltungskriterien [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] • 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 <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] • die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1] • gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vorübungen zur Körperspannung und Vertrauen als Grundvoraussetzung zum Pyramidenbau • Erarbeitung von grundlegenden Sicherheitsaspekten und Regeln/Vereinbarungen im Hinblick auf dem Auf- und Abbau von Pyramiden • Vergleich von verschiedenen Handgriffen: Hand-in-Hand-Griff, Ellenbogengriff, Handgelenksgriff • Erarbeitung von verschiedenen Pyramiden • Integration von fließenden Übergängen orientiert an der Musikauswahl sowie eines kreativen Anfangs und Ende 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren von verschiedenen Pyramiden und Übergängen • Checkliste als Hilfsbegleiter während der Gestaltung: <ul style="list-style-type: none"> + Einhaltung der Sicherheitsaspekte + Körperspannung + sichere Beherrschung der Pyramiden + Schwierigkeit + fließenden Übergänge passend zur Musikauswahl (evt. Motto) + ggf. weitere... 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körperschwerpunkt / kräftigende Übungen <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partnerpyramiden • Gruppenpyramiden • Einfache Tanz- und turnelementen (zur Anregung von fließenden Übergängen) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u> Dauerhafte Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft ohne Rücksicht auf sportliche Interessen und Neigungen.</p> <p><u>Methodenkompetenz:</u> Formen selbst-ständigen Arbeitens (z. B. Bildreihen zur Erarbeitung von Pyramiden). Zielgerichtetes Üben (in der Gruppe). Zwischen-präsentationen. Absprachen treffen innerhalb der Gruppe (z. B. über individuelle Positionen bei der Pyramide).</p> <p><u>Urteilskompetenz:</u> Beurteilen der eigenen sportbezogenen Handlungskompetenz (z. B. Körperspannung und Gleichgewicht). Zwischenpräsentationen unter Berücksichtigung der thematisierten Gestaltungs- und Ausführungskriterien beurteilen können (vor allem von nicht aktiven Schülerinnen und Schülern). Angemessene Verwendung von Fachbegriffen z. B. der Pyramidenformen. Wissen über Verletzungsvorbeugung: (z. B. Keine Belastungen der Wirbelsäule und Gelenke!). <u>Beobachtbares Verhalten:</u> Angemessener Auf- bzw. Abbau unter Berücksichtigung der Sicherheitsaspekte. Angemessene Hilfestellung leisten.</p> <p>Punktuell:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u> Bewertung der Endpräsentation: Individuell: Schwierigkeitsgrad und Bewegungsausführung (z. B. Körperspannung, Bewegungsgenauigkeit, -fluss,- dynamik). Gruppenbezogen: Gestaltungskriterien (z. B. Raum).</p>

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 6.3
Rope Skipping – Eine ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltung mit dem Seil sowohl als Handgerät sowie als Gestaltungsobjekt unter konditionellen Leistungsvoraussetzung meistern (BF 6)		
BF/SB 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste		Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung d - Leistung
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgerät oder Alltagsmaterialien) [6 BWK 6.1] 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Variation von Bewegung [b] Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b] Ausgangspunkte von Gestaltungen [b] Gestaltungskriterien [b] Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] 	
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] koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3] 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
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technik des Grundsprungs: sicherndes Üben unter Einhaltung der im Rope Skipping spezifischen Merkmalen • Von verschiedenen 1er-Sprüngen (allein, zum Metrum) über 1er-Sprünge (zu zweit, synchron) zu Partnersprüngen auch unter konditionellen Anforderungen (wer schafft es am längsten?) • Vorgabe einer Sprungkombination – Variation des Schwierigkeitsgrades • Modifikation und Erweiterung der Sprungkombination in Rückbezug auf die Wiederholung/Erinnerung von Gestaltungs- und Ausführungskriterien aus Klasse 6, sowie eines neuen Gestaltungskriteriums: Bewegungsrichtungen • Das Seil sowohl als Handgerät als auch als Gestaltungsobjekt über die 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Üben der einzelnen Sprünge • schrittweise Erweiterung der Sprungkombination • selbstständige Erstellung eines umfassenden Bewertungsbogens 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • spezifische Rope-Skipling-Sprünge (Einzel und Partner) • konditionelle Anforderungen • Wiederholung der Ausführungs- und Gestaltungskriterien aus Klasse 6 • neues Gestaltungskriterium: Bewegungsrichtungen • Handgerät versus Gestaltungsobjekt auch im Zusammenhang mit bewegungsbezogenen Klischees <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Koordination und Kondition und ihre Auswirkung auf die Bewegungstechnik und Bewegungsausführung → Synchronität • koordinative und konditionelle 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • aufgabenadäquate Gruppenarbeit (z.B. zielgerichtetes Üben, kommunikativer Zusammenhalt in der Gruppe, bewusste Auseinandersetzung bei Problemen etc.) • optimale Zwischenpräsentationen am Ende der Stunden je nach Voraussetzungen und Umständen der Gruppe <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Zwischenpräsentationen kriteriengeleitet beurteilen können (siehe Ausführungs- und Gestaltungskriterien) Auswirkungen der koordinativen und konditionellen Leistungsvoraussetzungen auf das Zwischenergebnis der Gruppe beurteilen können <p>punktuell:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <p>Bewertung d. Endpräsentation:</p> <ul style="list-style-type: none"> • individuell: Ausführung und Schwierigkeitsgrad der 1er

<p>Variation von Bewegungsqualität in die Präsentation einarbeiten</p> <ul style="list-style-type: none"> • Thematisierung / Wiederholung: Schwierigkeiten und Hürden in Bezug auf ökonomisches Arbeiten in der Gruppe • Zwischenpräsentationen jeweils immer am Ende jeder Stunde/Einheit 		<p>Leistungsvoraussetzungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausführungs- und Gestaltungskriterien 	<p>und 2er-Sprünge, Rhythmus /Synchronität</p> <ul style="list-style-type: none"> • gruppenbezogen: Gestaltungskriterien (variantenreicher Wechsel der Raumwege und Formationen sowie Bewegungsrichtungen) sichtbarer Wechsel der Seilverwendung: Handgerät vs. Gestaltungsobjekt
--	--	---	--

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 2.3
Wir experimentieren – Spielstrukturen erkennen, mit anderen vergleichen und kreativ verändern (BF 2)		
BF/SB 2 Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen	Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche Kerne: • kleine Spiele und Pausenspiele	Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten [e] • Interaktion im Sport [e] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • 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 • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] 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 [10 UK e1]	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erkennen / Erarbeiten von Spielideen und Spielstrukturen • Spielstrukturen kriteriengestützt vergleichen • Erarbeitung kreativer Veränderungen von Spielideen und Spielstrukturen • Weiterentwicklung von Spielertigkeiten und -fähigkeiten 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren mit verschiedenen Spielideen und -strukturen • Beobachtungen (von Spielen / Spielstrukturen) • kriterienorientierter Vergleich 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • verschiedene Materialien • verschiedene Rahmenbedingungen <p>Fachbegriffe:</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz & Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft, • eigenverantwortliche Übernahme von Rollen (Schiedsrichter, Turnierleiter etc.) <p>Beobachtungskriterien:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • konditionelle und koordinative Leistungsfähigkeit, Gruppenarbeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation, Durchführung und Bewertung von Spielen <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • kriteriengeleitetes Argumentieren und Bewerten von Spielideen/ -variationen im Unterrichtsgespräch

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.5
Die gegnerischen Spieler überlisten – komplexe Spielsituationen im Basketball wahrnehmen und technisch – koordinativ und taktisch – kognitiv angemessen handeln (BF 7)		
BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e – Kooperation und Konkurrenz
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) 		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] 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] 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"> 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, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spaß am Basketball • Techniken situationsgerecht anwenden • Spielgemäßes Konzept 	<ul style="list-style-type: none"> • Überwiegend spielerisch orientierte Bewegungsaufgaben • Schülerdemonstration • Kriterienorientierte Partnerbeobachtung und Rückmeldung 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einführung des Schnellangriffs, Spiel 4-4 auf zwei Körbe • Vom Spiel 4-4 zum Spiel 5-5 • Werfen unter spielnaher Belastung • Partnerhilfen – Give and Go, Cut and Fill 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Regeln bewusst verstehen und umsetzen können <p>Beobachtbares Verhalten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fairness, Leistungsbereitschaft <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielsituationen erklären und anwenden können <p>punktuell:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <p><u>technisch:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Beherrschung verschiedener Techniken (Dribbeln, Pässe, Wurftechniken) <p><u>taktisch:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Freilaufen, Anbieten, Raum nutzen • Gegenspieler ausspielen • Mitspieler wahrnehmen und anspielen können

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 7.6
Erweiterung grundlegender Spielfertigkeiten und -fähigkeiten in komplexen Spielsituationen / Turniersituationen im Tischtennis (BF 7)		
BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e – Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] Interaktion im Sport [e]	
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]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] MK • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vermittlung von Spaß am Tischtennis • Erkennen und Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit • Erarbeiten verschiedener Schlagtechniken mithilfe von Arbeitskarten • Spielgemäßes Konzept 	<ul style="list-style-type: none"> • Überwiegend spielerisch orientierte Bewegungsaufgaben • Einzel-, Partner- und Teamwettbewerbe • Beobachtungsbögen zu eigenen Schlagtechniken 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kurze Wiederholung bekannter Techniken (Jgst. 7) • Topspin VH • Spielvarianten 1:1 oder 2:2 • Abschlussturnier 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Turnierform selbstständig organisieren • Partner beobachten und korrigieren <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Eigene Spielfähigkeit beurteilen <p>Beobachtbares Verhalten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisations- und Sicherheitsbedingungen beachten (Turnier, Aufbau der Platten) <p>punktuell:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <p><u>technisch:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 Techniken beherrschen und im Spiel anwenden können <p><u>taktisch:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • fair spielen • Technik in Spiel anwenden und beurteilen können, effektiv spielen

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 1.5
Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? – seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings kennen und anwenden (BF 1)		
BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d – Leistung
Inhaltliche Kerne:	Inhaltliche Schwerpunkte:	
<ul style="list-style-type: none"> • Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness • aerobe Ausdauerfähigkeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Trainingsplanung und Organisation [d] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK	
<ul style="list-style-type: none"> • ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [10 BWK 1.2] • ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen [10 BWK 1.3] • 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] 	<ul style="list-style-type: none"> • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] • 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] • koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3] 	
	MK	
	<ul style="list-style-type: none"> • 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	
	<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
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fitnesstests kennenlernen • Fitnessparcour (ausgewählte Faktoren) gestalten können • Koordinationstest • Zirkeltraining • Planung eines individuellen Fitnessplans 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen: Fitnessparcour • Erstellen eines Trainingsplans 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Konditionelle Fertigkeiten • Ausdauer • Kraft • Beweglichkeit • Schnelligkeit • Koordinative Fähigkeiten 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <p><u>BWK, MK, UK:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • konditionelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen erfahren und verbessern • Entwicklung, Durchführung, Reflexion von Fitness- und Kraftübungen zu spezifischen Muskelgruppen <p>punktuell:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung der aeroben Ausdauerleistungsfähigkeit (Anforderungen siehe Anhang) • Abgabe des individuellen Trainingsplans

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.7
Das habe ich noch nie gemacht! – Hochsprung als neue Herausforderung annehmen (BF 3)		
BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d – Leistung
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Informationsaufnahme u.-verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] Struktur und Funktion von Bewegungen [a] Leistungsverständnis im Sport [d] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoßen, Hochsprung) in der Grobform ausführen, [10 BWK 3.2] 	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] koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3] MK <ul style="list-style-type: none"> grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, 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] die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erlernen einer neuen LA-Disziplin • Phasierung von Leichtathletischen Bewegungen (am Bsp. Hochsprung: Anlauf, Absprung, Flugphase, Landung) • Leistung relativ – Individuelle Voraussetzungen in der Leichtathletik thematisieren und ihnen gerecht werden • Unterscheidung von Sprung- und Schwungbein / Schwung- und Nachziehbein / Stoßarm • Aufgaben eines Wettkampfrichters: Sicherheitsvorkehrungen, eigenständiges Aufbauen, Messen • Einschätzung der disziplinspezifischen Leistungsfähigkeit (z.B. Risiko-Hochsprung) 	<ul style="list-style-type: none"> • Schülerdemonstration • Kriterienorientierte Partnerbeobachtung und Rückmeldung 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vom freien Springen hin zum Flop • Relativ-Wettkämpfe (z.B. Hochsprung relativ zur Körpergröße) 	<p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sich auf Unbekanntes einlassen • Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben der Disziplinen • angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten zeigen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung von Technik und Leistung: • Leistungsüberprüfung: Tabelle siehe Anhang • Techniküberprüfung (im Hochsprung Flop) nach vorher im Unterricht erarbeiteten Merkmalen: je nach gewählter Sportart

Unterrichtsvorhaben der Jahrgangsstufen 9

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 3.8
Fit und gesund! – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern (BF 3)		
BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d – Leistung f - Gesundheit
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • grundlegendes leichtathletisches Bewegen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Leistungsverständnis im Sport [d] • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen [10 BWK 3.1] • einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen [10 BWK 3.3] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK a1] • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK a2] • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1] MK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] • einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vermittlung von Spaß am ausdauernden Laufen • Erkennen und Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit • Herzfrequenzmessen in Belastungs- und Erholungsphasen (Ruhe-, Belastungs- und Erholungspuls) • Anpassung der Belastungsintensität an die eigene Leistungsfähigkeit und die von anderen (z.B. bei Mannschaftsaufgaben) – zwischen Unter- und Überforderung • Ist-Zustand bestimmen, Soll-Zustand (Ziele setzen), Ziele verfolgen / systematisches Trainieren, Zielerreichung überprüfen 	<ul style="list-style-type: none"> • Abwechslungsreiches Laufen zur Vorbeugung von Monotonie / Moderates Laufen zur Vorbeugung von Überforderung • Trainingsprotokoll / -tagebuch (, Umfang, Dauer, Intensität/Puls, Inhalt) • Einzel-, Partner und Teamwettbewerbe • Individualisierung des Unterrichts durch Setzen von eigenen Zielen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausdauertests (Cooper-Test, Shuttle-Run-Test,...) • Laufen mit Zeitvorgaben (Zeitschätzläufe, Minutenläufe, Umkehrläufe, das Alter in Minuten) • Laufen in wechselndem Gelände (Rundbahn, Halle, Wiese, Tartanplatz) • Laufen in Wettspielform (Orientierungslauf, Sammelaufgaben, Staffeln,...) • Laufabzeichen 15min / 30min (Tempo beliebig) 	<p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sich auf Unbekanntes einlassen • Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Üben und Trainieren zeigen • Ermüdungswiderstandsfähigkeit zeigen • angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten (z.B. beim Aufwärmen) zeigen • Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung der Langzeitausdauerleistung (Tabelle siehe Anhang): Maßgeblich sind erstmalig Dauer und zurückgelegte Strecke

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 7.7
<p>Gegeneinander spielen und gewinnen wollen – Basketball regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen (BF 7)</p>		
<p>BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</p>		<p>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e – Kooperation und Konkurrenz</p>
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Interaktion im Sport [e] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1] • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen 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"> • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vermittlung von Spaß am Basketball • Erkennen und Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit • Einhaltung verschiedener Regeln und Systemen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rückpassregel • 24-Sekunden-Regel • 3-Sekunden-Regel 	<ul style="list-style-type: none"> • Überwiegend spielerisch orientierte Bewegungsaufgaben • Einzel-, Partner- und Teamwettbewerbe • Beobachtungsbögen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schnellangriff mit allen Spielern • Mann-Mann-Verteidigung 5-5 • Turnierplanung und Turnierendurchführung 	<p>prozessbegleitend:</p> <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielverständnis aufzeigen können <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Absprachen im Spiel umsetzen können • Turnierform planen und durchführen <p>Beobachtbares Verhalten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fairness • Kooperationsbereitschaft • Leistungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <p>technisch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wurf-, Pass- und Dribbeltechnik(en) anwenden können <p>taktisch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Taktische Aspekte im Spiel 5:5 effektiv umsetzen können (z.B. Freilaufen, Anbieten, Raum nutzen, Mann-Mann-Verteidigung)

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 2.4
Was spielen andere? - Spiele aus anderen Kulturen kennenlernen und praktisch umsetzen (BF 2)		
BF/SB 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz
Inhaltlicher Kern: <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"> • lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.1] • 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 und Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vorstellung / Kennenlernen verschiedener Spiele unterschiedlicher Kulturen • Präsentation / Vorstellung verschiedener Spiele • Durchführung verschiedener Spiele aus unterschiedlichen Kulturen • Beurteilung der Spiele unter verschiedenen Gesichtspunkten <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kulturbegriff 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenpuzzle • Einzel- und Gruppenpräsentationen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppenpuzzle (evt. schon aus anderem Unterricht bekannt) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • verschiedene Spielmaterialien • wechselnde Rahmenbedingungen 	<p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Offenheit für (auch unbeliebte) Spiele, Anstrengungsbereitschaft <p>Beobachtungskriterien:</p> <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • angemessene Nutzung veränderter Rahmenbedingungen und Spielmaterialien <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Beurteilung und Vergleich von Spielen aus anderen Kulturen <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beiträge zum Unterrichtsgespräch

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 6.4
<p>So haben wir noch nie getanzt – Neue tänzerische Elemente z.B. vom Jumpstyle für eine Fitnessgymnastik nutzen (BF 6)</p>		
<p>BF/SB 6 – Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</p>		<p>Inhaltsfelder: f – Gesundheit b – Bewegungsgestaltung</p>
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung 		<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Variation von Bewegung [b] • Präsentation von Bewegungsgestaltung [b] • Ausgangspunkte von Gestaltungen [b] • Gestaltungskriterien [b] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • eine selbstständig um- oder neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Hip-Hop, Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.2] • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2] 		<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</p> <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] <p>MK</p> <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] <p>UK</p> <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, Nutzung des Raumes, Wirken auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einführung des ersten Jumps (Vorjump und Basic Jump) bzw. Einführung in eine andere Tanzrichtung • Erarbeitung von Fortbewegungsmöglichkeiten während der Jumps (oder andere Tanzrichtung) • Erarbeitung von Drehungen • Erarbeitung einer Choreografie unter Berücksichtigung der bisher bekannten Gestaltungskriterien, Ausführungskriterien siehe(Klasse 6,8) und grundlegenden Merkmalen einer Fitnessgymnastik • Modifikation und Erweiterung der Choreo um weitere Gestaltungskriterien: Bewegungsebenen, bewusste A-Synchronität und neuem Ausführungskriterium: Bewegungsfluss • Präsentation der erstellten Fitnessgymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fitnessgymnastik (Merkmale, Formen, Präsentation) 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenpuzzle + Stationskarten zum Jump-Style <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppenpuzzle (evt. schon aus anderem Unterricht bekannt) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wiederholung und Erweiterung der Gestaltungs- und Ausführungskriterien (neu: Bewegungsebenen und Bewegungsfluss, A-Synchronität) • Merkmale und Formen der Fitnessgymnastik 	<p>punktuell (hier am Ende des UV):</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <p>Bewertung der Endpräsentation:</p> <ul style="list-style-type: none"> • individuell: alle bisher behandelten Ausführungskriterien • gruppenbezogen: alle bisher behandelten Gestaltungskriterien <p>prozessbegleitend:</p> <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • aufgabenadäquate Gruppenarbeit (z.B. zielgerichtetes Üben, kommunikativer Zusammenhalt in der Gruppen, bewusste Auseinandersetzung bei Problemen etc.) • optimale Zwischenpräsentationen am Ende der Stunden je nach Voraussetzungen und Umständen der Gruppe <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Zwischenpräsentationen kriteriengeleitet beurteilen können (siehe Ausführungs- und Gestaltungskriterien)

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 9.2
Einführung in die Zweikampfsportart Judo (BF 9)		
BF/SB 9 – Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport		Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung e – Kooperation und Konkurrenz
Inhaltlicher Kern: • Kämpfen mit- und gegeneinander		Inhaltliche Schwerpunkte: • Handlungssteuerung [c] • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c] • Interaktion im Sport [e]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Haltegriffe und Befreiungen, Falltechniken und kontrolliertes Werfen) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z.B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden [10 BWK 9.1] • in verschiedenen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <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] MK <ul style="list-style-type: none"> • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1] • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signalen Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Phasierung von Wurftechniken • Finten anwenden • Kampfformen erproben und verantworten 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren: Erproben und Experimentieren verschiedener Kampfformen • Erstellen einer Übersicht der Wurftechniken 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wurftechniken • Haltegriffe • Befreiungsgriffe • Kampfformen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tori, Uke • Fußfeger, kleine Innensichel, kleines Einhängen 	<p>punktuell (am Ende des UV):</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Situationsgerechte Befreiung mit Hilfe eingeübter Befreiungsgriffe und Demonstration weiterer eingeübter Haltegriffe <p>prozessbegleitend:</p> <p><u>Beobachtbares Verhalten:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft im Kampf unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen zeigen <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelbewusstsein <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <p>Verantwortungsvolles Ausfüllen der Schiedsrichterrolle</p>

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 5.5
<p>Mit Sicherheit! – fortgeschrittene Bewegungsfähigkeiten am Balken sachgerecht und situationsbezogen mit Sicherheits- und Hilfestellung turnen (BF 5)</p>		
<p>BF/SB 5 – Bewegen an Geräten – Turnen</p>		<p>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b – Bewegungsgestaltung f - Gesundheit</p>
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] Variation von Bewegung [b] Präsentation von Bewegungsgestaltung [b] Gestaltungskriterien [b] Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> turnerische Grundelemente auf technisch-kordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [10 BWK 5.1] turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</p> <ul style="list-style-type: none"> die für das Lernen und Üben ausgewählten Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Raumwege, Raumbenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b1] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1] 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 Raumes, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung von grundlegenden Sicherheitsaspekten und Regeln • Erarbeitung von grundlegenden Vereinbarungen zum Geräteauf- und -abbau • Hilfe- und Sicherheitsstellung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilfestellung • Sicherheitsstellung 	<ul style="list-style-type: none"> • Kriterienorientierte Partnerbeobachtung und Rückmeldung • Frei wählbare Stationen je nach individuellem Leistungsstand 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufgang nach Wahl • ½ Drehung • ein ausgewählter Sprung • Abgang nach Wahl 	<p>punktuell (hier am Ende des UVs): <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u> Bewertung der Leistung: Bewegungsfertigkeiten isoliert betrachtet (z. B. Aufgang, drei Turnelemente und Abgang) unter Berücksichtigung der thematisierten Ausführungskriterien (z. B. Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik). Oder: Erstellen einer Kür am Balken (z. B. fünf turnerische Elemente) unter Berücksichtigung der thematisierten Ausführungskriterien (z. B. Raum) und Gestaltungskriterien (z. B. Raum)</p> <p>prozessbegleitend: <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u> Dauerhafte Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft ohne Rücksicht auf sportliche Interessen und Neigungen.</p> <p>prozessbegleitend: <u>Methodenkompetenz:</u> Formen selbstständigen Arbeitens (z. B. Bildreihen zur Erarbeitung der Turnelemente). Zielgerichtetes Üben (individuell / in Kleingruppen). Zwischenpräsentationen (in Kleingruppen) <u>Urteilskompetenz:</u> Beurteilen der eigenen sportbezogenen Handlungskompetenz (z. B. Körperspannung und Gleichgewicht). Zwischenpräsentationen unter Berücksichtigung der thematisierten Gestaltungs- und Ausführungskriterien beurteilen können (vor allem von nicht aktiven Schülerinnen und Schülern). Angemessene Verwendung von Fachbegriffen (z. B. der Turnelemente). <u>Beobachtbares Verhalten:</u> Angemessener Auf- bzw. Abbau der Turngeräte unter Berücksichtigung der thematisierten Sicherheitsaspekte.</p> <p>Angemessene Hilfestellung leisten (s.o.)</p>

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 5.6
Schwingen an Ringen – Kombination von verschiedenen Bewegungselementen zu einer Kür (BF 5)		
BF/SB 5 – Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung c – Wagnis und Verantwortung f – Gesundheit	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Präsentation von Bewegungsgestaltung [b] Gestaltungskriterien [b] Handlungssteuerung [c] Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] 	
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"> ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [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] Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2] UK <ul style="list-style-type: none"> die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung von grundlegenden Sicherheitsaspekten und Regeln • Erarbeitung von grundlegenden Vereinbarungen zum Geräteauf- und abbau <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körperspannung 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Üben der einzelnen Elemente • Checkliste als Hilfsbegleiter für die Zusammenstellung von einzelnen Bewegungselementen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schaukeln (C+ / C-) • ½ Drehung 	<p>punktuell (hier am Ende des UVs): <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u> Bewertung der Leistung: <u>Individuell:</u> Präsentation einer Kür unter Berücksichtigung aller bisher behandelten Ausführungs- und Gestaltungskriterien. prozessbegleitend: <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u> Dauerhafte Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft ohne Rücksicht auf sportliche Interessen und Neigungen. prozessbegleitend: Methodenkompetenz: Formen selbstständigen Arbeitens (z. B. Bildreihen zur Erarbeitung der Turnelemente). Zielgerichtetes Üben (individuell / in Kleingruppen). Zwischenpräsentationen (in Kleingruppen) <u>Urteilskompetenz:</u> Beurteilen der eigenen sportbezogenen Handlungskompetenz (z. B. Körperspannung und Gleichgewicht). Zwischenpräsentationen unter Berücksichtigung der thematisierten Gestaltungs- und Ausführungskriterien beurteilen können (vor allem von nicht aktiven Schülerinnen und Schülern) (s. Checkliste). Angemessene Verwendung von Fachbegriffen (z. B. der Turnelemente). <u>Beobachtbares Verhalten:</u> Angemessener Auf- bzw. Abbau der Turngeräte unter Berücksichtigung der thematisierten Sicherheitsaspekte. Angemessene Hilfestellung leisten unter Berücksichtigung der thematisierten Sicherheitsaspekte (zunehmend selbstständiger). Übungs- und Anstrengungsbereitschaft.</p>

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 7.8
Ultimate Frisbee – Einführung eines Endzonenspiels unter Berücksichtigung der besonderen taktischen Herausforderungen (BF 7)		
BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Inhaltsfelder: d – Leistung e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: • Weitere Sportspiele und Sportspielvariationen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • ein Endzonenspiel (z.B. Ultimate Frisbee , Rugby, Flag-Football) unter Berücksichtigung der technisch-koordinativen und taktisch-kognitiven Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen [10 BWK 7.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] UK • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen auch unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Genderaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d1]	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wurftechniken Vorhand und Rückhand • Betonung des Fairness-Gedankens (Spiel ohne Schiedsrichter) 	<ul style="list-style-type: none"> • Schülerreferat zur Einführung der Regeln des Endzonnenspiels • Stationenlauf beim Erlernen der Grundtechniken 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rotation • Vorhand • Rückhand • Fairness 	<p>unterrichtsbegleitend: <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperationsbereitschaft und Einhaltung von Regeln • Spielverständnis aufzeigen können <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Absprachen im Spiel umsetzen können <p><u>Methodenkompetenz</u></p> <p>Beobachtbares Verhalten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fairness • Kooperationsbereitschaft • Leistungsbereitschaft <p>punktuell: <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Wurf- und Passtechniken • Taktisches Verhalten im speziellen Bereich des Endzonnenspiels (Spiel breit machen, Laufwege ohne Scheibe...)

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 7.9
Volleyball – Fokussierung im 6:6 (BF 7)		
BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele		Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne:	Inhaltliche Schwerpunkte:	
<ul style="list-style-type: none"> Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) 	<ul style="list-style-type: none"> Interaktion im Sport [e] Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen	
<ul style="list-style-type: none"> in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2] 	<p>SK</p> <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"> Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen auch unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Genderaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d1] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundtechniken der vergangenen Schuljahre • Anwendung im Zielspiel • Einhalten verschiedener taktischer Systeme (vorgezogene 6) 	<ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungsbögen (Verhalten in Feldabwehr und Angriffssicherung) • Teamwettbewerbe 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Angriffssicherung • Feldabwehr • Aufstellungsformen • Abwehrriegel 	<p>unterrichtsbegleitend: <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperationsbereitschaft und Einhaltung von Regeln • Spielverständnis aufzeigen können <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Absprachen im Spiel umsetzen können <p><u>Methodenkompetenz</u></p> <p>Beobachtbares Verhalten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fairness • Kooperationsbereitschaft • Leistungsbereitschaft <p>punktuell: <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Taktisches Verhalten im 6:6 • Kommunikation, Bereitschaft, Aufstellung

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 7.10
Fußball – Grundtechniken im Zusammenspiel anwenden (BF 7)		
BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele		Inhaltsfelder: d – Leistung 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"> Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielersituationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2] 		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 sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] UK <ul style="list-style-type: none"> die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen auch unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Genderaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pass- und Schusstechniken • Ballannahme • Dribbeln • Techniken situationsgerecht anwenden 	<ul style="list-style-type: none"> • überwiegend spielerisch orientierte Bewegungsaufgaben • Schülerdemonstration • Teamwettbewerbe 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<p>prozessbegleitend:</p> <p>Beobachtbares Verhalten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Absprachen und Kommunikation im Spiel <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielverständnis aufzeigen können <p>punktuell:</p> <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <p>technisch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sicheres Dribbeln • 2 Techniken bewerten <p>taktisch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Freilaufen, Anbieten, Raum nutzen • Mitspieler wahrnehmen und anspielen • fair spielen

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 5.7
Le Parcours – Eine spannende turnerische Partnergestaltung an der Hindernisbahn entwickeln und präsentieren (BF 5)		
BF/SB 5 – Bewegen an Geräten - Turnen	Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung c – Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b] Ausgangspunkte von Gestaltungen [b] Handlungssteuerung [c] Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c] 	
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"> unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) für das Sporttreiben erläutern [10 SK c1] 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] 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] 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] UK <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] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • turnerische Grundelemente auf technisch-kordinativ grundlegendem Niveau • verschiedene Hindernisse überwinden • Einhaltung von grundlegenden Sicherheitsaspekten und Regeln • Einhaltung von grundlegenden Vereinbarungen zum Geräteauf und -abbau • Präsentation vor der Gruppe • Hilfestellung und Sicherstellung 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren von verschiedenen Möglichkeiten ein Hindernis zu überwinden (im vorgegebenen Sicherheitsrahmen) • Frei wählbare Stationen je nach individuellem Leistungsstand • Hinführung zu einem „Abschlusslauf“ mit einem Partner 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Effektivität und Kreativität • koordinative Fähigkeiten • Sprünge • Landungen 	<p>prozessbegleitend: <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u> Individuelle Entwicklung von Bewegungsfertigkeiten sowie zunehmendes Vertrauen in die eigenen Fertigkeiten. Dauerhafte Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft ohne Rücksicht auf sportliche Interessen und Neigungen. <u>Methodenkompetenz:</u> Formen selbstständigen Arbeitens (z. B. Bildreihen zur Erarbeitung von Bewegungsfertigkeiten). Stationenlernen. Zielgerichtetes Üben (individuell sowie in der Gruppe). Entwickeln, Präsentieren und Durchlaufen eines eigenen Hindernis-Parkours (in Gruppen). <u>Urteilskompetenz:</u> Beurteilen der eigenen sportbezogenen Handlungskompetenz (Überwinden der Hindernisse). Angemessene Verwendung von Fachbegriffen z. B. der Turnelemente). <u>Beobachtbares Verhalten:</u> Angemessener Auf- bzw. Abbau der Turngeräte unter Berücksichtigung der thematisierten Sicherheitsaspekte. Angemessene Hilfestellung leisten unter Berücksichtigung der thematisierten Sicherheitsaspekte Übungs- und Anstrengungsbereitschaft.</p>

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.9
Leichtathletik – Kugelstoßen (BF 3)		
BF/SB 3 – Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Inhaltsfelder: d – Leistung e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsverständnis im Sport [d] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen [10 BWK 3.4] 	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 sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] UK <ul style="list-style-type: none"> • den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Genderspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2] 	

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</p>	<p>Leistungsbewertung</p>
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erlernen einer neuen LA-Disziplin • Leistung relativ – Individuelle Voraussetzungen in der Leichtathletik thematisieren und ihnen gerecht werden • Aufgaben eines Wettkampfrichters: Sicherheitsvorkehrungen, eigenständiges Aufbauen, Messen • Einschätzung der disziplinspezifischen Leistungsfähigkeit) • Kugelstoß-Wettbewerb 	<ul style="list-style-type: none"> • Schülerdemonstration • kriterienorientierte Partnerbeobachtung und Rückmeldung 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vom Standstoß zur Angleittechnik 	<p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sich auf Unbekanntes einlassen • Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben der Disziplinen • angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten zeigen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung von Technik und Leistung denkbar: • Leistungsüberprüfung: Tabelle siehe Anhang • Techniküberprüfung nach vorher im Unterricht erarbeiteten Merkmalen

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 1.6
<p>Ausdauertraining geht auch in der Muckibude – ausgewählte Ausdauertrainingsformen aus dem Fitnessstudio unter Berücksichtigung von Fitnesstrends und Gesundheitsaspekten (BF 1)</p>		
<p>BF/SB 1 – Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten entwickeln</p>		<p>Inhaltsfelder: f – Gesundheit</p>
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeines und spezielles Aufwärmen • Aerobe Ausdauerfähigkeit 		<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f] • Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f]
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen [10 BWK 1.1] • 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] 		<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit und das psycho-physische Wohlbefinden beschreiben [10 SK f1] • Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2] <p>MK UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Genderaspekten kritisch beurteilen [10 UK f1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • HIIT • Zumba • Aerobic • Pilates 	<ul style="list-style-type: none"> • ggf. Schülerpräsentationen zu ausgewählten Inhalten 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • allgemeines Aufwärmen • spezielles Aufwärmen • Dehnen/Stretching • Merkmale eines aufgewärmten Körpers 	<p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sich auf Unbekanntes einlassen • Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Üben und Trainieren zeigen • Ermüdungswiderstandsfähigkeit zeigen • angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten (z.B. beim Aufwärmen) zeigen • Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufwärmprogramm zielgerichtet entwickeln

12.5 Konzeption und Bausteine der Profilklassen Sport (Sport+)

Die zusätzlichen Stunden in den Jahrgangsstufen 5 und 6 für die Profilklassen Sport (Sport+) sollen bewegungs- und sportorientiert angelegt sein, aber dennoch den Erfordernissen des sozialen Lernens gerecht werden. Da die Sportlehrkräfte in den Profilklassen i.d.R. auch die Funktion des Klassenlehrers mit übernehmen sollen, sollen die Stunden zudem für notwendige Aufgaben des Klassenlehrers herangezogen werden und somit den anderen Fachunterricht entlasten.

Bewährte Konzeptionen wie Lions-Quest und der Klassenrat dürfen in den Stunden Sport+ aufgegriffen werden und ergänzenden/ verknüpfenden bewegungs- und sportorientierten Unterrichtsbausteinen kombiniert werden.

Der Unterricht soll in der Regel in den Sporthallen/ Sportanlagen stattfinden, dennoch kann sich auch die Notwendigkeit für den Unterricht im Klassenraum ergeben.

Folgende Zielsetzungen werden mit den zusätzlichen Unterrichtsstunden (Sport+) verfolgt:

- Förderung der sozialen Kompetenz, der Persönlichkeit und der Gesundheit
- Teambuilding und Klassengemeinschaft
- Unterstützung der SuS bei Orientierung und Wertebildung

Es sollen einen gemeinsamen Sporthafter für den regulären Sportunterricht und Sport+ geben.

Exkursionen und Wandertage der Profilklassen Sport sollten wenn möglich einen sportlichen Bezug haben. Beispiele:

- Wandertag inkl. Minigolf/Adventuregolf/Fußballgolf (Möhnesee oder Stadtpark) (Minigolf im Unterricht vorbereiten)
- Kletterhalle / Kletterpark
- Eislaufen
- Besuch Westfalenstadion/ Fußballmuseum
- Kanu
- Skisportschnuppertag

Unterrichtliche Bausteine für die Stunden Sport+:

- Kennenlernen der Mitschülerinnen und Mitschüler
- Energizer/Konzentrations- und Aufmerksamkeitsspiele

- Sich auf Verhaltensregeln einigen (Klassenregeln)/ über Verhaltensregeln nachdenken / Regeln im Sport
- Fertigmacher und Aufbauer
- Kooperation und Kommunikation
- Verantwortungsvolles Verhalten (Verantwortung übernehmen / anderen Vertrauen)
- Werte sind Wegweiser
- Gefühle (Gefühle ausdrücken / mit Gefühlen umgehen / unterschiedliche Gefühle entdecken)
- Kooperation und Konkurrenz
- Zusammen geht es besser / Fair Play
- Erste Hilfe – wie verhalten wir uns richtig? / PECH-Regel
- Q/A – einen Spitzensportler kennenlernen
- Sport vor Ort: Eine Sportveranstaltung auf lokaler/regionaler Ebene besuchen
- Grundlagentraining+
- Praxisvorhaben: Floorball

Ergänzende Materialien zur unterrichtlichen Umsetzung siehe **Handreichung zur Profilkategorie Sport (Sport+)**.

12.6 Unterrichtsvorhaben des Sport Differenzierungskurses (Kl. 9/10)

SJ	TheorietHEMA	Praxis	Bemerkungen
9.1	<ul style="list-style-type: none"> • Was ist Sport? <ul style="list-style-type: none"> ○ Warum Menschen Sport treiben ○ Sport – zwei Zugänge zu einer Definition • Sportpsychologie <ul style="list-style-type: none"> ○ Motiv und Motivation ○ Steigert eine Belohnung die Motivation? ○ Leistungsmotivation • Digitales Bewegungslernen im Sportunterricht <ul style="list-style-type: none"> ○ Bewegungsbeschreibungen & Bewegungslernen durch das „Projekt Video-Lehrfilm“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung von Spiel- und Übungsformen zur Wahrnehmung verschiedener Sinndimensionen im Sportunterricht • Fitness bzw. Vorbereitung auf Event (Volkslauf, Triathlon o.ä.) • Basketball 	
9.2	<ul style="list-style-type: none"> • Integration durch Sport <ul style="list-style-type: none"> ○ Bundesprogramm Integration durch Sport ○ Von der Willkommenskultur zur Integration • Digitale Medien im Sportunterricht <ul style="list-style-type: none"> ○ Vom Computerspiel zum Sportspiel • Sport und Gesundheit <ul style="list-style-type: none"> ○ Risikomodell ○ Salutogenesemodell 	<ul style="list-style-type: none"> • Fußball • Computerspiele im Sportunterricht • Gesundheitssport (Entspannungstechniken, Funktionelles Training) 	

SJ	Theoriethema	Praxis	Bemerkungen
10.1	<ul style="list-style-type: none"> • Ernährung und Sport <ul style="list-style-type: none"> ○ Bewegung braucht Energie ○ Nährstoffklassen ○ Energiespeicher / Kohlenhydrate / Fette • Sportgeschichte und die Olympischen Spiele <ul style="list-style-type: none"> ○ Olympische Idee ○ Olympische Spiele / Athleten in der Antike ○ Disziplinen 	<ul style="list-style-type: none"> - Gesundheitssport (Stabilisation und Kräftigung, Cardio, Rückenschulung) • Olympia (LA – Dreikampf) • Turnen 	
10.2	<ul style="list-style-type: none"> • Sportsoziologie (Sport und Wirtschaft) <ul style="list-style-type: none"> ○ Unterschied Amateur- und Profisportler ○ Profisportler als Beruf ○ Ist Sport ein Wirtschaftsfaktor? • Sportsoziologie (Sport und Politik) <ul style="list-style-type: none"> ○ Ist Sport unpolitisch? • Sportsoziologie (Sport und Medien) <ul style="list-style-type: none"> ○ Einfluss der Medien auf den Zuschauer ○ Zuschauer im Mittelpunkt der Interessen der Massenmedien ○ Positive und negative Auswirkungen des Verhältnisses zwischen Medien und Sport 	<ul style="list-style-type: none"> • American Football • Basketball • Schulische Erlebnispädagogik - Wandertag 	

12.7 Konzeption zum Projektlernen Sport (Sporthelferausbildung)

Im Rahmen des Projektlernens in der Jahrgangsstufe 9 sollen SchülerInnen innerhalb von zwei Wochenstunden in einer kleinen Gruppe an einer gesellschaftlich relevanten Fragestellung arbeiten. Die Projektarbeit dient der Stärkung von Selbstverantwortlichkeit, Problemorientiertem Arbeiten sowie Festigung der Teamfähigkeit durch die Gruppenarbeit. Die Projektarbeit ist frei vom Lehrplan und verfolgt einen fachwissenschaftlichen Anspruch. Die SchülerInnen erstellen dabei das ganze Schuljahr über ein Produkt, das am Ende nach entwickelten Vorgaben präsentiert wird. Dieses Projekt kann auch im Bereich Sport stattfinden und ist dann gekoppelt an die vom Landessportbund organisierte Sporthelferausbildung.

Diese qualifiziert Jugendliche (14-17 Jahre) für die sportliche und außersportliche (kulturelle) Arbeit mit Kindern in Schule und Sportverein. Diese Ausbildung entspricht der Gruppenhelfer (GH) I-Ausbildung der Sportjugend NRW.

Die GH I- und die SH-Ausbildung werden gegenseitig anerkannt. Gruppenhelfer/innen und Sporthelfer/innen können somit gleichermaßen in Verein und Schule eingesetzt werden. Insgesamt dienen diese Ausbildungsangebote auch als Basis für weitergehende Qualifizierungen.

Folgende Einsatzmöglichkeiten gibt es für die ausgebildeten Sporthelfer an unserer Schule: z.B. Gestaltung der Bewegten Pause/bewegten Mittagspause, AG's, Sportfeste, Meisterschaften, Tag der offenen Tür, Kennenlerntage, Schulfahrten.

Sporthelfer verpflichten sich dazu, am Schulleben mitzuwirken und Sport- und Bewegungsangebote mitzugestalten. Die Ausbildung wird durch eine dreitägige Exkursion an die Sportschule Kaiserau ergänzt. Sie umfasst ein Mindestmaß von 30 Unterrichtseinheiten, in denen gezielte Theorieanteile mit praktischen Komponenten verknüpft werden. Die Ausbildung wird mit einer mündlichen Prüfung abgeschlossen.

Folgende Module gestalten die Sporthelferausbildung:

- Person und Gruppe I (min. 6 LE)
- Bewegungsangebote erleben und reflektieren (mind. 10 LE)
- Planung, Durchführung und Auswerten von Projekten (mind. 10 LE)
- Schule und Sportverein (mind. 4 LE)

12.8 Übersicht und Unterrichtsvorhaben der Einführungsphase

In der Einführungsphase sollen den SuS unterschiedliche Akzentsetzungen sportlichen Handelns in möglichst großer Breite vermittelt und bewusstgemacht werden. Deshalb sollen **mindestens drei Bewegungsfelder und Sportbereiche** thematisiert werden und exemplarische Einblicke in **alle Inhaltsfelder A-F** mit den jeweils zugehörigen Kompetenzerwartungen erfolgen.

Die Fachkonferenz Sport am Conrad von Soest Gymnasium hat sich dabei auf folgende Bewegungsfelder und Sportbereiche festgelegt:

BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen
BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik
BF/SB 3 Bewegen im Wasser – Schwimmen
BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Die jeweiligen Inhaltsfelder und die zugehörigen Kompetenzerwartungen sind in den entsprechenden Unterrichtsvorhaben der Jahrgangsstufe aufgeführt.

Übersicht der Unterrichtsvorhaben der Einführungsphase

1	Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein (Fitnessgymnastik)
2	Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein (Dehnmethoden)
3	Diskus – Eine neu erlernte Wurftechnik im Hinblick auf Lernweg und persönlichen Erfolg bewerten.
4	Dreikampf (3000, Diskus, Weitsprung)
5	Verbesserung einer Wettkampftechnik und technischen und konditionellen Aspekten - Brustschwimmen
6	Synchronschwimmen für Einsteiger
7	Neue Partner und wechselnde Gegner – Unterschiedliche Spielformen im Volleyball organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.
8	Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (3:3) im Basketball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.

Unterrichtsvorhaben der Einführungsphase

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik	F	EF	6

Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein (Fitnessgymnastik)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Sachkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.

Methodenkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können sich selbständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen.

Urteilskompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Erarbeiten von Kriterien für ein Fitnesstraining</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Gruppenarbeit oder Stationskarten</p>	<p>Gegenstände</p> <p>optional: Step-Aerobic, Circuittraining, Aerobic, Rope skipping, Ausdauerprogramm)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Präsentation und Durchführung des erarbeiteten Programms</p> <p>unterrichtsbegleitend Aufgabenadäquate Gruppenarbeit (z.B. zielgerichtetes Üben oder kommunikative Zusammenhalt der Gruppen)</p> <p>Kognitive Beiträge (Referate etc.)</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Arbeitsweisen des Muskels sowie Muskelaufbau (isometrisch, konzentrisch, exzentrisch) Agonist/Antagonist</p> <p>Kraftarten: Maximalkraft/ Schnellkraft/Reaktivkraft/ Kraftausdauer</p> <p>Belastungsparameter: Arbeitsweise/ Intensität/ Krafteinsatz/ Dauer/ Pause/ Gesamtumfang</p>			<p>punktuell: Bewertung der Präsentation, mögliche Kriterien: Steigerung von Ausdauer, Kraft oder Beweglichkeit</p> <p>Kriterien: Die Sache: Wurde zu Beginn der Präsentation die Station und die trainierte Muskelgruppe deutlich benannt?/War die Beschreibung zu der Station anschaulich und gut gegliedert?/ Waren die Erklärung sachlich richtig dargestellt?</p> <p>Die Personen: Haben die Präsentierenden die Aufmerksamkeit der Klasse abgewartet und in Ruhe eröffnet?/ Wurde klar, laut und deutlich, frei und in angemessenem Tempo gesprochen?/ War erkennbar, dass die Vortragenden sich gut vorbereitet haben?</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden	F	EF	4

Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein (Dehnmethoden)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Sachkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.

Methodenkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können sich selbständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen.

Urteilskompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Dehnen als Bestandteil des Aufwärmens kennen- und verstehen lernen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Partner- oder Gruppenarbeit: Dehnprogramme vorbereiten und durchführen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Dynamische/ Statisches Dehnen ausgewählter Muskelgruppen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>punktuell:</p> <p>Dehnübungen mit der Klasse durchführen anhand festgelegter Kriterien</p> <p>Kriterien:</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Arbeitsweisen des Muskels (Kontraktion/ Dehnung/ Verkürzung)</p> <p>Unterscheidung: statisches- und dynamisches Dehnen- Funktionalität</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	A	EF	ca. 10

Diskus – Eine neu erlernte Wurftechnik im Hinblick auf Lernweg und persönlichen Erfolg bewerten

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin am Beispiel Diskus in der Grobform ausführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Sachkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben.

Methodenkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Inhalte: Erlernen des Standwurfes, Phasierung von leichtathletischen Bewegungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Schülerdemonstration</p> <p>Bildreihen</p> <p>Kriterienorientierte Partnerbeobachtung und Rückmeldung</p> <p>Vortrag: Basisliteratur</p> <p>„Phasenstruktur von Bewegungen“</p> <p>www.sportunterricht.de/lksport/bewegt1.html</p> <p>„Ganzheitsmethode vs. Teillernmethode“</p> <p>In: Meyer, J. (2017): Sport in der gymnasialen Oberstufe. Edition Schulsport Band 33. Aachen: Meyer & Meyer Verlag, S. 144-157)</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Sicherheitsaspekte</p> <p>Wurferfahrungen</p> <p>Übungen zur Gewöhnung an den Diskus (z.B. Fahrradmäntel, Schleuderbälle)</p> <p>Standwurf</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben der Technik</p> <p>punktuell:</p> <p>Techniküberprüfung (Standwurf)</p> <p>Kriterien:</p> <p>Bewegungsdynamik</p> <p>Bewegungsfluss</p> <p>Bewegungspräzision</p> <p>Einhaltung der Wettkampfregele</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Biomechanische Prinzipien: bspw. Koordination von Teilimpulsen;</p> <p>Bewegungsanalyse von azyklischer Bewegungen/Phasenstruktur von Bewegungen: Vorbereitungs- Haupt- und Endphase; Teillernmethode (Vereinfachungsstrategien/methodische Prinzipien)</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	D, F	EF	ca. 10

Dreikampf (3000, Diskus, Weitsprung)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern

(d): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Ausdauertrainings erläutern.

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können einen individuellen Trainingsplan erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch).

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Begleitung im UV (Ausdauerpass/ Trainingsplan)</p> <p>Selbstständige Organisation von einem Dreikampf</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Diskuswurf</p> <p>Weitsprung (Hangsprungstechnik)</p> <p>Ausdauertraining</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Sportmotorischer Test unterrichtsbegleitend</p> <p>Kognitive Beiträge (Referate: Vorstellung der Trainingsmethoden etc.), Selbststeuerung: Aufwärmen, Durchführung von Stundensequenzen</p> <p>punktuell:</p> <p>Bewertung nach Leistung (vgl. Tabelle im Anhang)</p> <p>Kriterien:</p> <p>3000m: Tempo der Abiturprüfung (5000m) heruntergerechnet auf die verkürzte Strecke (Orientierung für den Sport LK)</p> <p>Um 4 (Weitsprung) bzw. 5 (Diskus) Punkte vereinfachte Werte der gültigen Abiturtabelle</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Biomechanische Prinzipien, Phasenstruktur (zyklische- azyklische Bewegungen)</p> <p>Subj. /obj. Belastungskomponenten (Herzfrequenz: Pulsarten/ Borg- Skala); Arten von Ausdauer, Wirkungen des Ausdauertrainings auf den Organismus , Dauer- Intervall- und Wiederholungsmethode</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagen-schwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wende-techniken	D	EF	ca. 8

Verbesserung einer Wettkampftechnik und technischen und konditionellen Aspekten - Brustschwimmen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können eine schwimmerische Disziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern

(d): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Ausdauertrainings erläutern.

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können einen individuellen Trainingsplan erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch).

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Phasierung der Brusttechnik, Wende und Startsprung</p> <p>Individuelle aerobe Belastung wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen,</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Beobachtungsbögen zur Bewegungskorrektur</p>	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kippwende • Brusttechnik • eine Starttechnik • Zeitschwimmen 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation und sportmotorischer Test</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p> <p>punktuell:</p> <p>Brusttechnik, Start- und Wendetechnik bewerten, 100m Brust auf Zeit (vgl. Tabelle im Anhang)</p> <p>Kriterien:</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Arm- und Bein- und Beinkoordination/ Atmung/ Kopfeinsatz/ Wasserlage/ Biomechanik: Actio = Reactio / Gleit- und Zugphase</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Bewegungskunststücke und Bewegungsgestaltungen im Wasser	B	EF	ca. 6

Synchronschwimmen für Einsteiger

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können Spiel- und Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen gemeinschaftlich durchführen.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Sachkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern.

Methodenkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.

Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.

<p>Didaktische Entscheidungen Erarbeiten von Kriterien für die synchrone Bewegung</p>	<p>Methodische Entscheidungen Partnerarbeit, Gruppenarbeit</p>	<p>Gegenstände Rhythmus, Raumwege, Synchronität</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung Überprüfungsform: Präsentation unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft punktuell: ggf. kurze Demonstration von Figuren und Formationen in Kleingruppen Kriterien:</p>
<p>Fachbegriffe</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	C	EF	ca. 10

Neue Partner und wechselnde Gegner – Unterschiedliche Spielformen im Volleyball organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Sachkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.

Methodenkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.

Urteilskompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Vermittlung von Spaß am Volleyball</p> <p>Erkennen und Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit,</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>unterschiedliche Spielformen (2 gegen 2 / 3 gegen 3 / 4 gegen 4)</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Aufschlag und Annahme</p> <p>Zuspiel</p> <p>Angriff</p> <p>festgelegte Spielsituationen üben und situationsgerecht anwenden</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation im Spiel</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Technik im Spiel anwenden können, Antizipation des Ballflugs, vorgegebene Spielsituationen anwenden</p> <p>punktuell:</p> <p>2-2, 3-3, 4-4 oder 6-6</p> <p>Kriterien:</p> <p>regelgerechtes Spiel</p> <p>Technikleitbild</p> <p>Laufwege/ Absprachen „ICH-RUF“</p> <p>Aktive Grundstellung (Bereitschaft)</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Antizipation</p> <p>Aktive Grundstellung</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	E	EF	ca. 10

Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (3:3) im Basketball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlicher Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Vermittlung von Spaß am Basketball, Erkennen und Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Teamwettbewerbe, Stationskarten</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Angriff/ Abwehr 3:3, Block stellen (z.B. Defence am Block), Manndeckung</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Spielverständnis aufzeigen können,</p> <p>Kooperations-, Leistungsbereitschaft</p> <p>Wurf-, Pass-, Dribbeltechniken anwenden können</p> <p>punktuell:</p> <p>Weitere taktische Aspekte beachten, z.B. Freilaufen, Anbieten, Raum nutzen, Mann-Mann-Verteidigung</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Give and Go/ Pick & Roll/ Cut & Fill/ Direkter- indirekter Block</p>			

12.9 Übersicht der Profile der Qualifikationsphase (Grund- und Leistungskurs)

Am Conrad von Soest Gymnasium werden in der Oberstufe für die Grundkurse unterschiedliche Profile (ohne Abiturfach) zur Anwahl angeboten. Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich der Profilbildung sind dabei folgende Grundsätze zu berücksichtigen: „Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Qualifikationsphase in **zwei Bewegungsfeldern und Sportbereichen (BF/SB)** unter Berücksichtigung aller **Inhaltsfelder (a-f)** entwickelt werden. Dabei müssen **zwei Inhaltsfelder im Sinne einer Akzentuierung umfassend in allen inhaltlichen Schwerpunkten** thematisiert werden. Aus den übrigen vier Inhaltsfeldern ist immer mindestens der erste Schwerpunkt mit den jeweils zugehörigen Kompetenzerwartungen zu berücksichtigen.“ (KLP S. 28)

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergeben sich exemplarisch folgende vier Kursprofile für die Grundkurse am Conrad von Soest Gymnasium:

1	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Volleyball
	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)
2	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Fußball
	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)
3	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Basketball
	Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)
4	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Badminton
	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1) – „Konditionelle Fähigkeiten“

Die Schülerinnen und Schüler können im Laufe der Einführungsphase aus den angebotenen Kursprofilen wählen. Bei der endgültigen Kurszuweisung müssen jedoch auch schulorganisatorische Aspekte (wie z.B. vergleichbare Kursgrößen) berücksichtigt werden.

Der Unterricht am Conrad von Soest Gymnasium soll es den Schülerinnen und Schülern ermöglichen, dass sie – aufbauend auf der Kompetenzentwicklung in der Einfüh-

rungsphase – am Ende der Qualifikationsphase in einem Leistungskurs weiterführende Kompetenzen erwerben können. Dabei sollen die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler für die Qualifikationsphase in zwei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller inhaltlichen Schwerpunkte aus allen Inhaltsfeldern entwickelt werden. (KLP S. 43)

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergibt sich für den Leistungskurs am Conrad von Soest Gymnasium folgendes Kursprofil:

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – **Volleyball**

Laufen, Springen, Werfen – **Leichtathletik** (BF/SB 3)

12.10 Unterrichtsvorhaben der Qualifikationsphase (Grund- und Leistungskurs)

12.10.1 Unterrichtsvorhaben des Leistungskurses (Volleyball/Leichtathletik)

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Volleyball

und

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)

Unterrichtsvorhaben

1	Leichtathletik – Ausdauer
2	Leichtathletik – Sprinten (100m, 200m und 400m)
3	Leichtathletik – Alternative leichtathletische Bewegungsformen (Hochsprung)
4	Leichtathletik – Springen – Weit und Hoch
5	Leichtathletik – Werfen (Speer, Kugel, Diskus)
6	Leichtathletik – Mehrkampf
7	Volleyball – Wiederholung, Einführung, Grundlagen
8	Volleyball – Festigung und Vertiefung der grundlegenden Techniken und Taktiken
9	Volleyball – Beachvolleyball
10	Volleyball – Taktik
11	Schwimmen
12	Skikomplettkurs

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)	D/F	LK	

Ausdauer

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA bis 45 Minuten)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen / Verfahren zur Leistungsdiagnostik

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f): Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens / Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit / Gesundheitskonzepte unter dem Aspekt des sportlichen Handelns / Wirkung und Risiken unphysiologischer Maßnahmen zur Leistungssteigerung im Leistungs- und Freizeitsport

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern: gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (u.a. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern / gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern.

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können individualisierte Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die eigene Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit anderer auch vor dem Hintergrund standardisierter Testverfahren (u.a. motorische Tests) Kriterien geleitet bewerten

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln anderer mit Hilfe von Erklärungsmodellen beurteilen

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Schülerreferate</p>	<p>Gegenstände 800 und 1500m Lauf 5000m-Lauf als Abiturvorbereitung Trainingsmethoden Sportmotorische Testverfahren (z.B. Conconi, Shuttle-Run, Cooper-Test...)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung Überprüfungsform: unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft ggf. Schülerreferate punktuell: 5000m-Lauf Kriterien: Leistungsüberprüfung gemäß Abiturvorgaben (um 1 Minute erleichterte Abiturvorgaben)</p>
<p>Fachbegriffe aerob, anaerob, Trainingsmethode (Dauer/Intervall/Wiederholungs/Wettkampfmethode), Trainingsprinzipien, Trainingsplanung, sportmotorische Testverfahren</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	D	LK	

Sprinten (100m, 200m und 400m)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
<p>Fachbegriffe</p> <p>Laufschule (Lauf-ABC), Koordination, Trainingsmethoden, Schnellkraft, Explosivkraft, Tiefstart, Wettkampfregele</p>		<p>100m-Lauf 200m-Lauf 400m-Lauf Laufschule Tiefstart</p>	<p>Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft Hilfsbereitschaft Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>punktuell: Leistungsüberprüfung in freigeählter Distanz (100, 200, 400)</p> <p>Kriterien: Leistungsüberprüfung gemäß Abiturvorgaben (um 2 Notenpunkte erleichterte Abiturvorgaben)</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	A	LK	

Alternative leichtathletische Bewegungsformen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)

Sachkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben

Methodenkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Gegenstände „Hochsprung-Mehrkampf“ nach alternativen WettkampfregeIn (z.B. Hochsprung relativ, Risiko-hochsprung, historische Sprung-techniken, einbeinig/beidbeinig/rechts/links...)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbe-wertung Überprüfungsform: unterrichtsbegleitend</p>
<p>Fachbegriffe relative und absolute Leistung, individuelle körperliche Voraussetzungen, Bezugsnorm</p>			<p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft Hilfsbereitschaft Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen Offenheit für alternative Bewegungsausführungen punktuell: Leistungsüberprüfung Kriterien: Leistungsüberprüfung nach im Unterricht erarbeiteten Kriterien</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	A	LK	

Springen – Weit und Hoch

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Sachkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz

Urteilskompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Methodische Übungsreihen Phasenbilder Beobachtungsbogen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Weitsprung Hochsprung</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft Hilfsbereitschaft Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>punktuell: Hochsprung: Technikdemonstration nach erarbeiteten Kriterien und ggf. Leistungsüberprüfung Weitsprung: Leistungsüberprüfung gemäß</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Wettkampfbregeln, biomechanische Prinzipien, Schersprung, Fosbury Flop, Laufsprung, Hangsprung, Schrittsprung</p>			<p>Kriterien:</p> <p>Technikdemonstration nach erarbeiteten Kriterien</p> <p>Leistungsüberprüfung gemäß Abiturvorgaben (um 2 Notenpunkte erleichterte Abiturvorgaben)</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	A	LK	

Werfen (Speer, Kugel, Diskus)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

Sachkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Methodische Übungsreihen Phasenbilder Partnerkorrektur Sicherheitsbelehrung</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Kugelstoß Speerwurf Diskuswurf</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Sicherheits- und Wettkampfregeln, Drehstoßtechnik, Angleittechnik, Drehwurftechnik, Standwurf/Drehwurf, 5er-Rhythmus, Wurfauslage, biomechanische Prinzipien</p>			<p>Hilfsbereitschaft Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen Einhaltung der Sicherheitsregeln</p> <p>punktuell:</p> <p>Technikdemonstration und Leistungsüberprüfung</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht erarbeitete Technikmerkmale Leistungsüberprüfung gemäß Abiturvorgaben (um 3 Notenpunkte erleichterte Abiturvorgaben)</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	D	LK	

Mehrkampf

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (inkl. 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter bewegungsfeldspezifischer Zielsetzungen in ihrer Funktion erläutern

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können individualisierte Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Gruppenaufgabe</p>	<p>Gegenstände Planung, Vorbereitung, Durchführung und Auswertung eines leichtathletischen Mehrkampfes</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung Überprüfungsform: Demonstration punktuell: ggf. Leistungsbewertung Kriterien: Leistungsüberprüfung gemäß erleichterten Abiturvorgaben (vgl. Leistungstabellen im Anhang)</p>
<p>Fachbegriffe</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	E	LK	

Volleyball – Wiederholung, Einführung, Grundlagen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Entscheidungs- und Handlungsmuster inkl. der hierzu erforderlichen technischen-koord. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

<p>Didaktische Entscheidungen Wiederholung und Vertiefung bekannter Kompetenzen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Phasenbilder Methodische Übungsreihen</p>	<p>Gegenstände Regeln, Netzauf und -abbau Oberes/Unteres Zuspiel Aufschlag von oben und unten Aufstellungsformen (3:3 und 6:6)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft Hilfsbereitschaft und Teamgeist Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen punktuell: Sichere Beherrschung der Grundtechniken im Spiel 3:3 Kriterien: Im Unterricht erarbeitete Technikvorgaben</p>
<p>Fachbegriffe Regeln, Oberes Zuspiel, Unteres Zuspiel, Aufschlag von oben und von unten, Aufstellungsformen (3:3 und 6:6)</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	C	LK	

Volleyball – Festigung und Vertiefung der grundlegenden Techniken und Taktiken

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Entscheidungs- und Handlungsmuster inkl. der hierzu erforderlichen technischen-koord. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c): Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen/ Wagnis und Verantwortung - Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns

Sachkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) theoriegeleitet erläutern/ (c): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern

Urteilskompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen sportlichen Handelns und des Handelns anderer theoriegeleitet beurteilen

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Phasenbilder</p> <p>Taktikboard zum Spielverständnis</p> <p>ggf. Schülerreferate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Angriffsschlag</p> <p>Block</p> <p>grundlegende Angriff- und Abwehrtaktiken</p> <p>Spielpositionen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p> <p>Hilfsbereitschaft und Teamgeist</p> <p>Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>punktuell:</p> <p>Demonstration von Angriffsschlag und Block in einer Übungsform</p> <p>ggf. Test</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht erarbeitete Technik- und Taktikvorgaben</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Riegelformationen, Angriffs-, Block- und Feldabwehrformationen, Spielpositionen (z.B. Stellungsspieler, Mittelblocker...)</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)	B	LK	

Volleyball – Beachvolleyball

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b): Bewegungsgestaltung – Gestaltungskriterien/ Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)

Sachkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Ausführungs- und Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Methodenkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten).

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Gegenstände Regeln Veränderte Technikausführungen und Taktiken</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung Überprüfungsform: unterrichtsbegleitend</p>
<p>Fachbegriffe Regeln (in Abgrenzung zum Hallenvolleyball)</p>			<p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft Hilfsbereitschaft und Teamgeist Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	E	LK	

Volleyball - Taktik

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Fairness und Aggression im Sport/□ Spielvermittlungsmodelle / Formen der Steuerung und Manipulation im Sport

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können Erklärungsansätze zur Entstehung und Vermeidung von aggressivem und fairem Verhalten erläutern / (e): Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Spielvermittlungsmodelle vergleichen

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Gruppenaufgaben</p>	<p>Gegenstände Verschiedene Spielsysteme vertiefte Riegelformationen, Angriffs-, Block- und Feldabwehrformationen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft Hilfsbereitschaft und Teamgeist Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen punktuell: Anwendung erlernter Techniken und Taktiken im Spiel 6:6 Kriterien: Im Unterricht erarbeitete Technik- und Taktikvorgaben</p>
<p>Fachbegriffe Verschiedene Spielsysteme (z.B. vorgezogene IV), vertiefte Riegelformationen, Angriffs-, Block- und Feldabwehrformationen</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagen-schwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wende-techniken	A	LK	4

Schwimmen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende wettkampfgerecht ausführen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse optimieren und in einer Schwimmart mindestens 800m unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit zurücklegen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

<p>Didaktische Entscheidungen Anknüpfung an bekannte Techniken aus der Sekundarstufe I / Einführungsphase</p>	<p>Methodische Entscheidungen Phasenbilder</p>	<p>Gegenstände 800m-Schwimmen als Vorbereitung zur Abiturprüfung Wiederholung und Vertiefung grundlegender Schwimmlagen einschließlich einer Technik zur Wende (Brust, Kraul, Rücken)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung Überprüfungsform: unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft Hilfsbereitschaft punktuell: -</p>
<p>Fachbegriffe Startsprung, Wende, Gleitzug, Wechselzug, sportartspezifische Ausdauerfähigkeit, verschiedene Schwimmlagen</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport (BF/SB 8)	BF/SB 8: Gleiten auf Eis und Schnee (z.B. Skifahren und Skilaufen, Snowboardfahren, Eislaufen und Eisschnelllauf)	A / C	LK	4-6 Skitage

Skikomplettkurs

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 8: Die Schülerinnen und Schüler können die Techniken der ausgeübten Gleit-, Fahr- oder Rollsportart sicher ausführen und sie in unterschiedlichen Situationen (u.a. Gelände, Witterungsbedingungen) adäquat einsetzen

BF/SB 8: Die Schülerinnen und Schüler können in komplexen Situationen Fähigkeiten und Fertigkeiten mit dem jeweiligen Fahr-, Roll- oder Gleitgerät variabel und technisch anspruchsvoll demonstrieren

<p>Didaktische Entscheidungen Je nach Vorerfahrungen der SuS</p>	<p>Methodische Entscheidungen Kurzreferate</p>	<p>Gegenstände Skitechnik Verhalten aus der Piste (z.B. VIS-Regeln, DSV-Tipps) Sportverletzungen und Möglichkeiten zur Vermeidung/ Umgang mit Verletzungen auf der Piste Weitere Themenbereiche: Aufwärmen auf der Piste, Landeskunde, Ökologie, Massentourismus, Skisportdisziplinen,...</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft, Umsetzung vorgegebener Übungen, Einhaltung sicherheitsrelevanter Aspekte, gegenseitige Unterstützung im Lernprozess punktuell: Überprüfung der Skitechnik insbesondere des Parallelschwungs je nach Ausgangssituation in unterschiedlich steilem Gelände. ggf. synchrones Skifahren Referate Kriterien: Je nach Ausgangssituation (Vorerfahrung im Skifahren) und Rahmenbedingungen (z.B. Witterung, Sicht, Schneeverhältnisse,...). Mögliche Kriterien: parallele Skiführung, Hoch-Tief-Bewegung, Stockeinsatz, Außen- bzw. Talski-belastung, Grundposition</p>
<p>Fachbegriffe</p>			

12.10.2 Unterrichtsvorhaben des Grundkurses (Volleyball/ Leichtathletik)

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Volleyball und Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)

Profilbildende Inhaltsfelder: **d: Leistung** und **e: Kooperation und Konkurrenz**

Unterrichtsvorhaben

1	Volleyball – Wiederholung, Einführung, Grundlagen
2	Volleyball – Festigung und Vertiefung der grundlegenden Techniken und Taktiken
3	Volleyball – Beachvolleyball
4	Volleyball – Volleyballturnier
5	Volleyball – Spielsysteme
6	Stoß- oder Wurf: Kugelstoßen oder Speerwurf
7	Hör auf dein Herz – ausdauerndes Laufen unter leistungs- und gesundheitsspezifischer Betrachtung
8	Vom Straddle zum Flop - Hochsprung
9	Mehrkampf und Sprint
10	Badminton – Erarbeitung und Vertiefung grundlegender technischer Fertigkeiten und taktischer Fähigkeiten im Badminton
11	Ballkorobics

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	E	GK	

Volleyball – Wiederholung, Einführung, Grundlagen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Entscheidungs- und Handlungsmuster inkl. der hierzu erforderlichen technischen-koord. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

<p>Didaktische Entscheidungen Wiederholung und Vertiefung bekannter Kompetenzen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Phasenbilder Methodische Übungsreihen Technik-Beobachtungsbögen</p>	<p>Gegenstände Regeln, Netzauf und -abbau Oberes/Unteres Zuspiel Aufschlag von oben und unten Aufstellungsformen (3:3 und 6:6)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft Hilfsbereitschaft und Teamgeist</p>
<p>Fachbegriffe Regeln, Oberes Zuspiel, Unteres Zuspiel, Aufschlag von oben und von unten, Aufstellungsformen (3:3 und 6:6)</p>			<p>Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen punktuell: Sichere Beherrschung der Grundtechniken im Spiel z.B. 3:3 Kriterien: Im Unterricht erarbeitete Technikvorgaben</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	A	GK	

Volleyball – Festigung und Vertiefung der grundlegenden Techniken und Taktiken

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Entscheidungs- und Handlungsmuster inkl. der hierzu erforderlichen technischen-koord. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen – Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Sachkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Urteilskompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Phasenbilder</p> <p>Taktikboard zum Spielverständnis</p> <p>Technik-Beobachtungsbögen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Angriffsschlag</p> <p>Block</p> <p>Spielpositionen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p> <p>Hilfsbereitschaft und Teamgeist</p> <p>Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>punktuell:</p> <p>Demonstration von Angriffsschlag und Block in einer Übungsform/ Spielfähigkeit z.B. 4:4/ 6:6</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht erarbeitete Technik- und Taktikvorgaben</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Motorisches Lernen (z.B. Lernphasen), Lehr-Lern-Methoden (z.B. Teillernmethode, Ganzheitsmethode, MÜR), Spielpositionen (z.B. Stellspieler, Mittelblocker...)</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)	E	GK	ca. 6-8

Volleyball – Beachvolleyball

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Gegenstände Regeln Veränderte Technikausführungen und Taktiken</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p>
<p>Fachbegriffe Regeln (in Abgrenzung zum Hallenvolleyball)</p>			<p>Hilfsbereitschaft und Teamgeist Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Hand-ball, Hockey, Volleyball)	C, E	GK	

Volleyball – Volleyballturnier

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfvverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)
 Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)/ Fairness und Aggression im Sport (e)

Sachkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfbregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Verschiedene Turnierformen (z.B. King oft the court, Kaiserspiel)</p> <p>Volleyballturnier (i.d.R. am Freitag in der vorletzten Schulwoche vor den Weihnachtsferien)</p> <p>Turnierpläne</p> <p>Anwendung und Auswirkung von Regeländerungen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Einsatzbereitschaft in Spielphasen / Teamgeist</p> <p>Hilfs- und Einsatzbereitschaft in die Organisation</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>(Turnier-)Regeln, z.B. Digelsches Regelschema</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	E	GK	

Volleyball - Spielsysteme

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Gruppenaufgaben</p> <p>Beobachtungsbögen zum Spielverhalten</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Aufstellungsform, einfache Spielsysteme (z.B. vorgezogene IV), Einer-/Zweierblock, Angriffssicherung, Feldabwehr</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p> <p>Hilfsbereitschaft und Teamgeist</p> <p>Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>punktuell:</p> <p>Anwendung erlernter Techniken und Taktiken im Spiel 6:6</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht erarbeitete Technik- und Taktikvorgaben</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Aufstellungsform, einfache Spielsysteme (z.B. vorgezogene IV), Einer-/Zweierblock, Angriffssicherung, Feldabwehr</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	D, E	GK	ca. 14

Stoß- oder Wurf: Kugelstoßen oder Speerwurf

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Vom Einfachen zum Komplexen, vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Nutzung unterschiedliche Wurfgeräte, methodische Übungsreihe</p>	<p>Gegenstände</p> <p>z.B. Griffarten, Wurf-schule, 3er und 5er Rhythmus</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration + sportmotorisches Testverfahren</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p> <p>Hilfsbereitschaft</p> <p>Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>Einhaltung der Sicherheitsregeln</p> <p>punktuell:</p> <p>Technikdemonstration von Wurf- oder Stoß und ggf. Berücksichtigung der Weite</p> <p>Weite: um 4 Notenpunkte erleichterte Abiturvorgaben</p> <p>Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang</p> <p>Kriterien:</p> <p>im Unterricht erarbeitete Technikmerkmale</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>z.B. zyklische und azyklische Bewegungen im Anlauf; Impulsschritt, Wurfauslage, Stemmbein</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)	D, F	GK	ca. 14

Hör auf dein Herz – ausdauerndes Laufen unter leistungs- und gesundheitsspezifischer Betrachtung

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Trainingstagebuch unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsparameter (Dauer, Dichte, Häufigkeit, Intensität und Umfang) ggf. mit Hilfe einer App</p> <p>spielerisches Ausdauertraining</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Pulsmessung</p> <p>Trainingsmethoden (Dauer- und Intervallmethode, Fahrtspiel, spielerische Ausdauerschulung)</p> <p>Trainingsprinzipien am Beispiel des Ausdauerlaufens</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Sportmotorische Testverfahren</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft;</p> <p>Mitarbeit in Theoriephasen</p> <p>punktuell:</p> <p>5000m (Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang)</p> <p>Kriterien:</p> <p>Leistungsüberprüfung gemäß vereinfachten Abiturvorgaben (um 3 Punkte erleichterte Abiturvorgaben)</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Definition Ausdauer, aerobe und anaerobe Belastung, Trainingsprinzipien und –methoden</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	D, A	GK	ca. 14

Vom Straddle zum Flop - Hochsprung

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Sachkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Berücksichtigung unterschiedlicher Vorerfahrungen, methodische Übungsreihe zu einzelnen Phasen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Partnerbeobachtungen z.B. mit Hilfe eines Beobachtungsbogens oder Videofeedback</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Fosburyflop</p> <p>Phasen des motorischen Lernens (Grob-, Fein- und Feinstkoordination)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Sportmotorische Testverfahren</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft, Hilfsbereitschaft, Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>punktuell:</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Grob-, Fein- und Feinstkoordination, Sprungbein, Schwungbein</p>			<p>Hochsprung unter Berücksichtigung der Technik und Leistung (Höhe) (um 3 Notenpunkte erleichterte Abiturvorgaben) → Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang</p> <p>Kriterien:</p> <p>Anlauf: Erst gradliniger, später bogenförmiger Anlauf, Anlauf ist temposteigernd; Kurvenlage des Körpers</p> <p>Absprung: Absprung mit dem lat-tenfernen Bein; von der Latte weg gerichtete Schwungbeinbewegung</p> <p>Steigen: Kurzes Beibehalten der Absprungsfigur; Körperdrehung um die Längsachse und Kippen zur Latte</p> <p>Floppen, Brückenposition oberhalb der Latte</p> <p>Landung: Landung in der L-Position</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	D, E	GK	ca. 14

Mehrkampf und Sprint

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (inkl. 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Vom Einfachen zum Komplexen, vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Ggf. Partnerbeobachtung</p> <p>Selbststeuerung</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Umgang mit Startblöcken und Starterklappe</p> <p>Koordination / Lauf ABC</p> <p>Phasen des Sprints</p> <p>ggf. Sportabzeichen (Mehrkampfleistungen)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Sportmotorische Testverfahren</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Organisation eines Wettkampfes</p> <p>punktuell:</p> <p>Mehrkampf (Organisation, Durchführung): 100m, Hochsprung, Speer o. Kugel, Ausdauer (auf Leistung)</p> <p>Leistungsbewertung gemäß erleichterter Abiturtabelle (Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang)</p> <p>Kriterien:</p> <p>siehe Anhang</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Lauf ABC (Fußgelenksarbeit, Kniehebellauf), Koordination</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	A, E	GK	12

Badminton - Erarbeitung und Vertiefung grundlegender technischer Fertigkeiten und taktischer Fähigkeiten im Badminton

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Sachkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Phasenbeschreibungen Beobachtungsbögen Lernvideos Videoanalyse Referate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Formen des Aufschlags, Clear, Drop und Smash</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Phasenbeschreibungen</p> <p>Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p> <p>punktuell:</p> <p>Technikdemonstration</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Koordinative Fähigkeiten; Pro- und Supination</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)	BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste	B, E	GK	ca. 10

BallKoRobics – Koordinations- und Fitnessstraining in einer Bewegungsgestaltung

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 6: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b): Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Sachkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Nutzung bekannter Zusammenhänge in neuen und ungewohnten Lernumgebungen mit dem Ziel das individuelle Bewegungsrepertoire zu erweitern und Bewegungsvorstellungen zu ergänzen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Gruppenarbeit</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Je nach Neigungen: z.B. Basketbälle, Fußbälle, Volleybälle,...</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Mitarbeit in Gruppenarbeitsphasen</p> <p>Auseinandersetzung mit einem unbekanntem Unterrichtsthema</p> <p>punktuell:</p> <p>Präsentation einer Gruppenchoreographie)</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht behandelte Gestaltungskriterien</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Gestaltungskriterien, Koordinative Fähigkeiten (z.B. Rhythmisierungsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit,...)</p>			

12.10.3 Übersicht Qualifikationsphase Sport Grundkurs (Fußball/ Leichtathletik)

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Fußball und **Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)**

Profilbildende Inhaltsfelder: **d: Leistung** und **e: Kooperation und Konkurrenz**

Unterrichtsvorhaben

1	Verbesserung der koordinativen, technischen und individualtaktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten im Fußball
2	Hinführung zum großen Spiel - Erkennen von grundlegenden fußballspezifischen Spielsituationen und Erarbeitung von gruppentaktischen Verhaltensweisen
3	Futsal – sinnvolle Alternative für den Hallenfußball?
4	Funino – Spielformen zur Steigerung von Kreativität und Spielintelligenz
5	Stoß- oder Wurf: Kugelstoßen oder Speerwurf
6	Hör auf dein Herz – ausdauerndes Laufen unter leistungs- und gesundheitsspezifischer Betrachtung
7	Vom Straddle zum Flop - Hochsprung
8	Mehrkampf und Sprint
9	Tischtennis – Vertiefung technischer und taktischer Grundlagen im Einzelspiel
10	Ballkorobics

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	E, A	GK	ca. 16

Verbesserung der koordinativen, technischen und individualtaktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten im Fußball

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)
 Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

(a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Handlungsorientierter Unterricht, sichere Beherrschung koordinativer, technischer und individualtaktischer Fähigkeiten und Fertigkeiten als Voraussetzung für weitere Unterrichtsvorhaben.</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Kleingruppenarbeit, basierend auf vorgegebenen und selbstständig erarbeiteten Übungsformen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Koordinative Fähigkeiten nach Hirtz</p> <p>Technische Fertigkeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ballan- und mitnahme, • Dribbeln, • Finten, • Passen, • Torschuss <p>Individualtaktische Fähigkeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 vs. 1 offensiv & defensiv 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>z.B. Vorstellung von Referaten, Anstrengungsbereitschaft, Beobachtungen der allg. motorischen Grundfertigkeiten bei der Umsetzung verschiedener Übungsformen.</p> <p>punktuell:</p> <p>Technikdemonstration und 1 vs. 1</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Reaktionsfähigkeit, Gleichgewichtsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, kinästhetische Differenzierungsfähigkeit, Rhythmusfähigkeit, offene Spielstellung, Auftaktbewegung, Tempodribbling, ballhaltendes Dribbling, Körpertäuschung, Übersteiger usw.</p>			<p>Kriterien:</p> <p>Werden gemeinsam erarbeitet.</p> <p>(z.B. offene Spielstellung, enge Ballführung, Pass in Bewegungsrichtung usw.)</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	D, E	GK	ca. 12

Hinführung zum großen Spiel - Erkennen von grundlegenden fußballspezifischen Spielsituationen und Erarbeitung von gruppentaktischen Verhaltensweisen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Vertiefung zuvor erworbenen Wissens und zuvor erarbeiteter Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Anwendung in zunehmend komplexer werdenden Spielsituationen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Spielgemäßes Konzept, Beobachtung von gruppentaktischem Verhalten im 4 vs. 4 bzw. 6 vs. 6</p>	<p>Gegenstände</p> <p>z.B. In Unterzahl verteidigen/angreifen, in Gleichzahl verteidigen/angreifen, frontales Doppeln, situatives Doppeln usw.</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Spielformen und Mitarbeit bei der Analyse von gruppentaktischem Verhalten</p> <p>punktuell: Anwendung von gruppentaktischem Verhalten in Spielform 4 vs. 4 bzw. 6 vs. 6</p> <p>Kriterien: Im Unterricht erarbeitetes wiedererkennbares taktisches Verhalten.</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Verschieben, pressen, hinterlaufen, doppeln, uvm.</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	E	GK	ca. 12

Futsal – sinnvolle Alternative für den Hallenfußball?

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlicher Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Erarbeitung der spezifischen Merkmale des Futsals im Vergleich zum Hallenfußball, dabei Vertiefung zuvor erworbener technischer Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Anwendung in Spielsituationen, bekannte Spielzusammenhänge werden auf ein neues Spiel übertragen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Spielgemäßes Konzept</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Organisation, Regeln, Unterschiede, Intention, Bewertung</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft;</p> <p>Umsetzung von erlerntem individualtaktischen Verhalten; Berücksichtigung der Futsalregeln , Anwendung technischer Fähigkeiten und Fertigkeiten, mündliche Mitarbeit, ggf. Referat.</p> <p>punktuell:</p> <p>Überprüfung von technischen sowie taktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten in der Spielform</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht erarbeitete Kriterien.</p> <p>(z.B. sichere Anwendung der Regeln, Technik, Taktik etc.)</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Futsal</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	E, C	GK	12

Funino – Spielformen zur Steigerung von Kreativität und Spielintelligenz

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

(c): Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

(c): Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden.

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

(c): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Komplexe Spielsituationen werden in kleinen Spielformen intelligent und kreativ gelöst.</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Spielgemäßes Konzept</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Erarbeitung der spezifischen Merkmale des Funino, dabei situationsangemessenes Verhalten in komplexen Spielsituationen, Entwicklung von Kreativität und Spielintelligenz, Risikosituationen eingehen – Verantwortung übernehmen.</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft;</p> <p>Umsetzung verschiedener Funinospielformen mit kreativen und intelligenten Lösungen, Einhaltung der Regeln, Optimale Anwendung technischer Fähigkeiten und Fertigkeiten, mündliche Mitarbeit, ggf. Referat</p> <p>punktuell:</p> <p>Überprüfung von Spielverständnis und Handlungskompetenz in der Spielform</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht erarbeitete Kriterien. (z.B. Blick für den Mitspieler, Sinken oder pressen, Verhalten abwägen in unterschiedlichen Spielsituationen, etc.)</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Funino, sinken, pressen, Spielintelligenz, Spielverständnis, Handlungskompetenz, usw.</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	D, E	GK	ca. 14

Stoß- oder Wurf: Kugelstoßen oder Speerwurf

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Vom Einfachen zum Komplexen, vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Nutzung unterschiedliche Wurfgeräte, methodische Übungsreihe</p>	<p>Gegenstände</p> <p>z.B. Griffarten, Wurf-schule, 3er und 5er Rhythmus</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration + sportmotorisches Testverfahren</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p> <p>Hilfsbereitschaft</p> <p>Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>Einhaltung der Sicherheitsregeln</p> <p>punktuell:</p> <p>Technikdemonstration von Wurf- oder Stoß und/oder Berücksichtigung der Weite</p> <p>Weite: um 4 Notenpunkte erleichterte Abiturvorgaben</p> <p>Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang</p> <p>Kriterien:</p> <p>im Unterricht erarbeitete Technikmerkmale</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>z.B. zyklische und azyklische Bewegungen im Anlauf; Impulsschritt, Wurfauslage, Stemmbein</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)	D, F	GK	ca. 14

Hör auf dein Herz – ausdauerndes Laufen unter leistungs- und gesundheitsspezifischer Betrachtung

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Trainingstagebuch unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsparameter (Dauer, Dichte, Häufigkeit, Intensität und Umfang) ggf. mit Hilfe einer App</p> <p>spielerisches Ausdauertraining</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Pulsmessung</p> <p>Trainingsmethoden (Dauer- und Intervallmethode, Fahrtspiel, spielerische Ausdauer-schulung)</p> <p>Trainingsprinzipien am Beispiel des Ausdauerlaufens</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Sportmotorische Testverfahren unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft;</p> <p>Mitarbeit in Theoriephasen</p> <p>punktuell:</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Definition Ausdauer, aerobe und anaerobe Belastung, Trainingsprinzipien und -methoden</p>			<p>5000m (Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang)</p> <p>Kriterien:</p> <p>Leistungsüberprüfung gemäß vereinfachten Abiturvorgaben (um 3 Punkte erleichterte Abiturvorgaben)</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	D, A	GK	ca. 14

Vom Straddle zum Flop - Hochsprung

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Sachkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Berücksichtigung unterschiedlicher Vorerfahrungen, methodische Übungsreihe zu einzelnen Phasen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Partnerbeobachtungen z.B. mit Hilfe eines Beobachtungsbogens oder Videofeedback</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Fosburyflop</p> <p>Phasen des motorischen Lernens (Grob-, Fein- und Feinstkoordination)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Sportmotorische Testverfahren unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft, Hilfsbereitschaft, Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>punktuell:</p> <p>Hochsprung unter Berücksichtigung der Technik und Leistung (Höhe) (um 3 Notenpunkte erleichterte Abiturvorgaben) → Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang</p> <p>Kriterien:</p> <p>Anlauf: Erst gradliniger, später bogenförmiger Anlauf, Anlauf ist temposteigernd; Kurvenlage des Körpers</p> <p>Absprung: Absprung mit dem latentefernen Bein; von der Latte weg gerichtete Schwungbeinbewegung</p> <p>Steigen: Kurzes Beibehalten der Absprungsfigur; Körperdrehung um die Längsachse und Kippen zur Latte</p> <p>Floppen, Brückenposition oberhalb der Latte</p> <p>Landung: Landung in der L-Position</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Grob-, Fein- und Feinstkoordination, Sprungbein, Schwungbein</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	D, E	GK	ca. 14

Mehrkampf und Sprint

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (inkl. 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfbregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Vom Einfachen zum Komplexen, vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Ggf. Partnerbeobachtung Selbststeuerung</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Umgang mit Startblöcken und Starterklappe Koordination / Lauf ABC Phasen des Sprints ggf. Sportabzeichen (Mehrkampfleistungen)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Sportmotorische Testverfahren unterrichtsbegleitend Organisation eines Wettkampfes</p> <p>punktuell: Mehrkampf (Organisation, Durchführung): 100m, Hochsprung, Speer o. Kugel, Ausdauer (auf Leistung) Leistungsbewertung gemäß erleichterter Abiturtabelle (Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang)</p> <p>Kriterien: siehe Anhang</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Lauf ABC (Fußgelenksarbeit, Kniehebellauf), Koordination,</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	E, D	GK	ca. 12

Tischtennis – Vertiefung technischer und taktischer Grundlagen im Einzelspiel

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Anwendung verschiedener Techniken und Taktiken in Einzelspielformen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Spielgemäßes Konzept, Beobachtungsbögen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Schlagtechniken:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Topspin, • Unterschnitt, • Schuss, • Schmetterball, • Ballonabwehr, • Block, • Konter, • Schupfball <p>Einzelspiel- und Turnierformen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Spielformen und Techniken, gegenseitige Unterstützung in Übungsphasen.</p> <p>punktuell:</p> <p>Anwendung der Schlagtechniken im Spiel 1 vs. 1</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Topspin, Unterschnitt, Schuss, Schmetterball, Ballonabwehr, Block, Konter, Schupfball usw.</p>			<p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht erarbeitete Technik- und Taktikvorgaben</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)	BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste	B, E	GK	ca. 10

BallKoRobics – Koordinations- und Fitnessstraining in einer Bewegungsgestaltung

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 6: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b): Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Sachkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Nutzung bekannter Zusammenhänge in neuen und ungewohnten Lernumgebungen mit dem Ziel das individuelle Bewegungsrepertoire zu erweitern und Bewegungsvorstellungen zu ergänzen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Gruppenarbeit</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Je nach Neigungen: z.B. Basketbälle, Fußbälle, Volleybälle,...</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Mitarbeit in Gruppenarbeitsphasen</p> <p>Auseinandersetzung mit einem unbekanntem Unterrichtsthema</p> <p>punktuell:</p> <p>Präsentation einer Gruppenchoreographie)</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht behandelte Gestaltungskriterien</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Gestaltungskriterien, Koordinative Fähigkeiten (z.B. Rhythmisierungsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit,...)</p>			

12.10.4 Unterrichtsvorhaben des Grundkurses (Basketball/ Schwimmen)

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Basketball und **Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)**

Profilbildende Inhaltsfelder: **d: Leistung** und **e: Kooperation und Konkurrenz**

Unterrichtsvorhaben

1	Wiederholung der grundlegenden Techniken (Dribbeln, Passen, Standwurf, Sprungwurf und Korbleger) im Basketball
2	Erarbeitung und Vertiefung des individual- und gruppentaktischen Abwehr- und Angriffsverhalten im Basketball
3	Erarbeitung bzw. Vertiefung des Positionsspiels im Basketball
4	Let's play Ball – Erarbeitung und Vertiefung der grundlegenden Spielfähigkeit beim Streetball
5	Sportschwimmen: Wiederholung der grundlegenden Schwimmlagen Brust, Kraul und Rücken unter Berücksichtigung der Start- und Wendetechniken
6	Erlernen einer neuen Schwimmart (Schmetterling) und Anwendung im Lagenschwimmen
7	Ausdauerndes und gesundheitsorientiertes Schwimmen
8	Einführung in das Synchronschwimmen
9	Tauchen mit Maske, Schnorchel und Flossen
10	Erarbeitung und Vertiefung grundlegender technischer Fertigkeiten und taktischer Fähigkeiten im Badminton

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	A, E	GK	12

Wiederholung der grundlegenden Techniken (Dribbeln, Passen, Standwurf, Sprungwurf und Korbleger) im Basketball

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen
 Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)

Sachkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Methodenkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
Fachbegriffe Passarten (Druck-, Boden-, Überkopfpass)	Phasenbeschreibungen Lernvideos Beobachtungsbögen Videoanalyse Referate	Dribbeln Passen Standwurf Sprungwurf Korbleger	Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Phasenbeschreibungen; Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen punktuell: Technikdemonstration Kriterien: siehe Phasenbeschreibung

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	E, A	GK	12

Erarbeitung und Vertiefung des individual- und gruppentaktischen Abwehr- und Angriffsverhalten im Basketball

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Spielfelddarstellungen Beobachtungsbögen Lernvideos Videoanalyse Referate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Abwehr- und Angriffsverhalten</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen; Abwehr- und Angriffsverhalten</p> <p>punktuell:</p> <p>Spielsituationen</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Manndeckung vs. Raumdeckung; Zone; Give an Go; Block stellen und Fastbreak</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	E, D	GK	12

Erarbeitung bzw. Vertiefung des Positionsspiels im Basketball

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlicher Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Spielfelddarstellungen Beobachtungsbögen Lernvideos Videoanalyse Referate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Positionsspiel</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen;</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Positionen: Center, Power-Forward, Small-Forward, Shooting-Guard und Point-Guard</p>			<p>Einhalten bzw. Umsetzen des Positionsspiels</p> <p>punktuell:</p> <p>Spielsituation (5:5)</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	D, E	GK	12

Let's play Ball – Erarbeitung und Vertiefung der grundlegenden Spielfähigkeit beim Streetball

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Spielfelddarstellungen Beobachtungsbögen Lernvideos Videoanalyse Referate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Streetball</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p> <p>punktuell:</p> <p>Spielsituationen</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Manndeckung vs. Raumdeckung</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagen-schwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	D, A	GK	18

Sportschwimmen: Wiederholung der grundlegenden Schwimm-lagen Brust, Kraul und Rücken unter Berücksichtigung der Start- und Wendetechniken

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende wettkampfgerecht ausführen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können physikalische Besonderheiten des Mediums Wasser in verschiedenen Handlungssituationen nutzen, um Bewegungstechniken je nach Anforderungen zieleffizient auszuführen / um Bewegungen kreativ zu gestalten

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Beobachtungsbögen Phasenbeschreibungen Referate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Kraul Brust Rücken inklusive Start- und Wendetechniken</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Phasenbeschreibungen Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p> <p>punktuell: Technikdemonstration 35m inklusive Start und Wende 100m Freistiel (Leistungstabellen Schwimmen im Anhang)</p> <p>Kriterien: siehe Phasenbeschreibungen (Quelle: https://www.sicherschule.de/schwimmhalle/_docs/schwimmhalle2.pdf)</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Auftrieb, Vortrieb, Wasserwiderstand, Roll- und Drehwende, Phasen sportlicher Bewegung (Meinel), deduktive und induktive Lernmodelle</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	D, E	GK	12

Erlernen einer neuen Schwimmart (Schmetterling) und Anwendung im Lagenschwimmen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende wettkampfgerecht ausführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Beobachtungsbögen individuelle „Lernbögen“ Phasenbeschreibungen</p>	<p>Gegenstände Schmetterling Lagenschwimmen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen punktuell: 100m Lagen (Leistungstabelle Schwimmen im Anhang) 15m Technikdemonstration Schmetterling Kriterien: Vorgaben Lagenschwimmen Phasenbeschreibungen</p>
<p>Fachbegriffe Vortrieb, Auftrieb, Wasserwiderstand, Schmetterling, Lagen</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagen-schwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	F, D	GK	12

Ausdauerndes und gesundheitsorientiertes Schwimmen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Sachkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

(d): Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

Methodenkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Referate Trainingstagebücher</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Ausdauerndes Schwimmen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Sportmotorische Testverfahren unterrichtsbegleitend</p> <p>Referate</p> <p>Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p> <p>punktuell:</p> <p>Ausdauerüberprüfung 800m</p> <p>Kriterien:</p> <p>Leistungsüberprüfung gemäß vereinfachten Abiturvorgaben (um 3 Punkte erleichterte Abiturvorgaben) (siehe Anhang)</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Koordinative Fähigkeiten, physiologische Anpassungsprozesse (langfristig und kurzfristig), Formen der Ausdauer</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Bewegungskunststücke und Bewegungsgestaltungen im Wasser	B, E	GK	12

Einführung in das Synchronschwimmen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können eine selbstständig entwickelte Bewegungskomposition unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein oder gemeinsam präsentieren

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können physikalische Besonderheiten des Mediums Wasser in verschiedenen Handlungssituationen nutzen, um Bewegungstechniken je nach Anforderungen zieleffizient auszuführen / um Bewegungen kreativ zu gestalten

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b): Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Sachkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Partnergruppen (Beobachtungsbögen)</p> <p>Bewegungsaufgaben in der Gruppe</p> <p>Erarbeitung von Kriterien für die Gruppenpräsentation</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Synchronschwimmen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p> <p>punktuell:</p> <p>Abschlusspräsentation in der Gruppe</p> <p>Kriterien:</p> <p>Erarbeitete Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau)</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Ausführungs- und Gestaltungskriterien, kriteriengeleitete Rückmeldung, Grundbegriffe Synchronschwimmen</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Tauchen mit Maske, Schnorchel und Flossen	C, D	GK	12

Tauchen mit Maske, Schnorchel und Flossen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können komplexe Aufgabenstellungen beim Tauchen (auch mit Maske, Schnorchel und Flossen) unter Berücksichtigung der eigenen Leistungsfähigkeit und der anderer planen und bewältigen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können physikalische Besonderheiten des Mediums Wasser in verschiedenen Handlungssituationen nutzen, um Bewegungstechniken je nach Anforderungen zieleffizient auszuführen / um Bewegungen kreativ zu gestalten

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c): Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung

Sachkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Tauchparcours Gruppenaufgaben</p>	<p>Gegenstände Tauchen mit und ohne Hilfsmittel</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung Überprüfungsform: Demonstration</p>
<p>Fachbegriffe Atmung, Herz-Kreislauf-System, konditionelle Fähigkeiten, Druckbedingungen, Wagnis und Risiko, Sicherheitsmaßnahmen</p>			<p>unterrichtsbegleitend Verantwortungsvoller Umgang mit Risiken und mit den Emotionen der Mitschüler bewusst umgehen Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen punktuell: Tauchaufgabe: Flossen unter Wasser anziehen, Maske und Schnorchel ausblasen und eine möglichst weite Strecke tauchen</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	A, E	GK	12

Erarbeitung und Vertiefung grundlegender technischer Fertigkeiten und taktischer Fähigkeiten im Badminton

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit
 Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Sachkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

- (a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
 (e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz

- (a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.
 (e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Phasenbeschreibungen Beobachtungsbögen Lernvideos Videoanalyse Referate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Formen des Aufschlags, Clear, Drop und Smash</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend Phasenbeschreibungen</p> <p>Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p> <p>punktuell: Technikdemonstration</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Koordinative Fähigkeiten; Pro- und Supination</p>			

12.10.5 Unterrichtsvorhaben des Grundkurses (Volleyball/ „Fitness“)

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Badminton
und

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1) – „konditionelle Fähigkeiten“

Profilbildende Inhaltsfelder: **e: Kooperation und Konkurrenz** und **f: Gesundheit**

Unterrichtsvorhaben

1	Fitness – funktionelles Training
2	Fitness – Step-Aerobic
3	Fitness – Ausdauer
4	Fitness – Sport und Gesundheit
5	Wiederholung der grundlegenden Schläge und Regeln im Badmintonspiel (Einzel)
6	Ich gewinne das Spiel – Vertiefung technischer und taktischer Grundlagen im Einzelspiel
7	Wir spielen zu zweit – Einführung & Taktik des Doppelspiels
8	Wir organisieren ein Turnier – Vorbereitung und Durchführung verschiedener Turnierformen
9	...mit Netz, aber ohne Schläger – Volleyball

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung BF/SB 1: Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung	F	GK	ca. 12-16

Fitness – funktionelles Training

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden.

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Sachkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Kleingruppenarbeit</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Aktuelle Fitnesstrends (z.B. Tabata, Freeletics, Crossfit)</p> <p>digitale und klassische Angebote</p> <p>Was unterscheidet ein gutes von einem schlechten Fitnessprogramm?</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Lern- und Anstrengungsbereitschaft</p> <p>Planung und Durchführung einer Trainingssequenz</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Fitness, konditionelle Fähigkeiten, funktionelles Training, Trainingsbegriff, HIT-Trainings (z.B. Tabata), Belastungsnormative, Borg-Skala</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik BF/SB 1: Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden	B, F	GK	ca. 12-16

Fitness – Step-Aerobic

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung – Gestaltungskriterien (b)

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

Sachkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Methodenkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen

Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Erlernen von Step-Schritten in Kleingruppen /PA</p> <p>Erarbeitung von Minichoreografien in der Kleingruppen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Step-Regeln</p> <p>Step-Schritte, Low-Impact, High-Impact</p> <p>Armbewegungen</p> <p>Aufbau eines Step-Programms</p> <p>Entwicklung einer Step-Choreographie</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft, Mitarbeit/Engagement in der Gruppenarbeit</p> <p>punktuell:</p> <p>Demonstration einer Kleingruppenchoreografie</p> <p>Kriterien:</p> <p>im Unterricht erarbeitete Kriterien z.B. Synchronität, Kreativität, Bewegungsqualität</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Gestaltungskriterien (Dynamik, Zeit, Raum, Formaler Aufbau),</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen	D, F	GK	ca. 12-16

Fitness – Ausdauer

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

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

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen

Urteilskompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Gegenstände spielerische Methoden zur Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit, Dauerlauf, ggf. ausdauerndes Schwimmen Trainingstagebuch</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung Überprüfungsform: Sportmotorische Testverfahren unterrichtsbegleitend Anstrengungsbereitschaft</p>
<p>Fachbegriffe Ausdauer Definition, Arten der Ausdauer, Trainingsmethoden (z.B. Dauer- und Intervallmethode) Trainingsplan, Trainingsprinzipien</p>			<p>punktuell: 5000m (Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang) Kriterien: Leistungsüberprüfung gemäß vereinfachten LK-Abiturvorgaben (um 3 Punkte erleichterte Abiturvorgaben)</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Funktionales Muskel-training ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung	F	GK	ca. 12

Fitness – Sport und Gesundheit

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Sachkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Urteilskompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>z.B.</p> <p>Gruppenpuzzle zur Erarbeitung einzelner Yoga-Übungen</p> <p>Gestaltung einer Yogasequenz in der Kleingruppe</p> <p>Schülervorträge zu Gesundheitsmodellen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Gesundheitsorientierte Sportangebot (z.B. Yoga, Entspannungsverfahren, Rückentraining)</p> <p>je nach Schwerpunktsetzung z.B.</p> <p>Yoga-Ursprung, moderne Yoga-Formen, Yoga-Haltung, Yoga-Übungen</p> <p>evtl. Technik der progressiven Muskelentspannung nach Jacobsen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Lern- und Anstrengungsbereitschaft: Bereitwilligkeit sich auf ungewohnte Unterrichtsinhalte einzulassen</p> <p>punktuell:</p> <p>Demonstration und Anleitung von Übungen/ Übungsfolgen</p> <p>Referate</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Gesundheit, Gesundheitsmodelle: z.B. Risikofaktorenmodell, Salutogenesemodell</p>			<p>Kriterien:</p> <p>je nach Ausrichtung: Moderation, Anleitung, Bewegungskorrektur, Bewegungspräzision, Verbinden von Atem und Bewegen</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	E, D	GK	ca. 14

Wiederholung der grundlegenden Schläge und Regeln im Badmintonspiel (Einzel)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen handlungsorientierter Unterricht sichere Beherrschung zentraler technischer Fertigkeiten als Grundlage für weitere technisch-taktische Schwerpunkte in den kommenden UV</p>	<p>Methodische Entscheidungen z.B. Referate zur den einzelnen Schläge mit Übungsformen</p>	<p>Gegenstände Aufschlag, Clear, Drop, Smash Badminton-Regeln (Einzel)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend z.B. Vorstellung von Referaten zu den Schlägen</p> <p>Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p> <p>punktuell: Technikdemonstration</p> <p>Kriterien: Kriteriengeleitete Überprüfung der Technik in Spielformen (z.B. Präzision, Flugbahn,...)</p>
<p>Fachbegriffe Aufschlag, Smash, Drop, Clear, longline, cross, Feldeinteilung (Vorder-, Mittel und Hinterfeld), Regelkunde in Abgrenzung von Doppel und Einzel</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	E, D	GK	ca. 14

Ich gewinne das Spiel – Vertiefung technischer und taktischer Grundlagen im Einzelspiel

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Vertiefung zuvor erworbenen Wissens und zuvor erarbeiteter Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Anwendung in zunehmend komplexer werdenden Spielsituationen (Vom Einfachen zum Komplexen, vom Leichten zum Schweren)</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Beobachtungsbögen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Rückhand- bzw. Unterhandschläge; Variation bekannter Schläge (z.B. kurzer und langer Aufschlag, Unterhand- und Überkopfclear)</p> <p>Spiel am Netz: Heben (Stechen) und Töten</p> <p>Einzeltaktik</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen / gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>punktuell:</p> <p>Anwendung der Schläge und Taktik im Spiel 1:1</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht erarbeitete Taktik- und Technikvorgaben</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>bekannte Schläge (Clear etc.) in Rückhand und Unterhand, (Schnitt-)Drop, Heben, taktische Grundregeln im Einzel</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	E, D	GK	ca. 14

Wir spielen zu zweit – Einführung & Taktik des Doppelspiels

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

(c): Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>bekannte Übungs- und Spielzusammenhänge werden auf eine neue Spielsituation übertragen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>ggf. Referat zum Thema Entstehung von Emotionen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Regeln des Doppelspiels (Aufschlagwechsel, Feldgröße)</p> <p>Seite-Seite-bzw. Vorne-Hinten-Stellung (Angriff- bzw. Verteidigungsstellung) (Stichwort: Kompassnadel)</p> <p>Anwendung bekannter Schläge im Spiel</p> <p>Triebtheoretisches Modell nach Freud</p> <p>oder Lorenz, Frustrations-Aggressions-Theorie, Lerntheoretischer Ansatz oder Sozialisationstheoretischer Ansatz nach Heitmeyer mit Bezug zum Sport</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbeurteilung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p> <p>punktuell:</p> <p>Anwendung der Doppeltaktik (2:2) im Spiel</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht erarbeitete Kriterien (z.B. verschiedene Stellungen je nach Spielsituation)</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Regeln des Doppelspiels, Angriff- und Verteidigungsstellung, Modelle zur Entstehung von Aggression im Sport</p>			

--	--

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	E	GK	ca. 14

Wir organisieren ein Turnier – Vorbereitung und Durchführung verschiedener Turnierformen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampferregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Motivationaler Abschluss der Unterrichtsvorhaben Badminton mit dem Ziel, erlernte Techniken und Taktiken in einem wettkampforientierten Zielspiel anzuwenden und zu festigen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Gruppenarbeit oder Referate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Verschiedene Turnierformen (Einzelturnier, Doppelturnier, Mannschaftsturnier, Turnier ohne Sieger)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Turnierformen</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Turnierformen, Unterscheidung zwischen pädagogischen, sozialen oder normierten Bezugsnormen</p>			<p>Unterstützung der Turnierabläufe</p> <p>Einbringen eigener Fähigkeiten in die Gruppe</p> <p>punktuell:</p> <p>Vorstellung, Organisation und Reflexion der Turnierformen in Kleingruppen</p> <p>Kriterien:</p> <p>Präsentation und Organisation von Turnierformen</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	E	GK	ca. 12

...mit Netz, aber ohne Schläger – Volleyball

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>bekannte und anerkannte Zusammenhänge auf einen neuen Lernbereich übertragen und neue Bewegungserfahrungen sammeln</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Beobachtungsbögen (Partnerbeobachtung)</p> <p>methodische Reihe</p> <p>Referate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Wiederholung der Grundfertigkeiten (Pritschen, Baggern, Aufschlag)</p> <p>Wiederholung der Regeln und Aufstellung</p> <p>Anwendung im Spiel 6:6</p> <p>ggf. Einführung von Angriffsschlag und Block</p> <p>ggf. Planung bzw. Unterstützung des Volleyballturniers</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p> <p>Hilfsbereitschaft und Teamgeist</p> <p>Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>punktuell:</p> <p>ggf. Techniküberprüfung des Angriffsschlages in einer Übungsform</p> <p>Regelgerechtes Spiel 6:6 oder 4:4</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht erarbeitete Technikvorgaben</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>oberes und unteres Zuspiel, Block, Angriffsschlag, Regelkunde, Angriffssicherung, Blocksicherung</p>			

13 Anhang: Bewertungstabellen (Leichtathletik, Ausdauer, Schwimmen)

Die jeweilige erreichte bzw. unterbotene Zeit, erreichte bzw. übersprungene Weite oder Höhe und erreichte bzw. überworfenene Weite gibt an, welche Notenstufe erreicht ist.

Bsp. Jungen Kl. 7:

- 8,0sek und 8,1sek → Note 1-
- 37,00m bis 38,50m → Note 1-
- 3,68m bis 3,79m → Note 1-

Klasse 7	Dreikampf					
	Jungen			Mädchen		
Note	50m	Ballwurf (80g)	Weit-sprung	50m	Ballwurf (80g)	Weit-sprung
1	7,9	39,00	3,80	8,1	25,00	3,40
1-	8,0	37,00	3,68	8,3	24,00	3,30
2+	8,2	35,00	3,51	8,5	23,00	3,20
2	8,4	33,00	3,39	8,6	22,00	3,10
2-	8,6	31,00	3,26	8,7	21,00	3,00
3+	8,7	29,00	3,10	8,9	20,00	2,90
3	8,8	27,00	2,98	9,0	19,00	2,80
3-	9,0	25,00	2,85	9,2	18,00	2,70
4+	9,2	23,00	2,69	9,4	17,00	2,60
4	9,4	21,00	2,56	9,6	16,00	2,50
4-	9,6	19,00	2,44	9,8	15,00	2,40
5+	9,8	17,00	2,30	10,0	14,00	2,30
5	10,0	15,00	2,15	10,1	12,00	2,15
5-	10,1	13,00	2,03	10,2	11,00	2,03

Bewertungstabellen Schwimmen Kl. 7

Klasse 7	Jungen und Mädchen
Note	alle Angaben in Minuten
1	9:29 und schneller
1-	9:30 – 10:15
2+	10:15 – 11:00
2	11:00 – 11:45
2-	11:45 – 12:30
3+	12:30 – 13:15
3	13:15 – 14:00
3-	14:00 – 14:45
4+	14:45 – 15:30
4	15:30 – 16:15
4-	16:15 – 17:00
5	17:00 und langsamer

Klasse 8	Hochsprung	
	Jungen	Mädchen
Note		
1	1,32	1,28
1-	1,30	1,26
2+	1,28	1,24
2	1,26	1,22
2-	1,24	1,20
3+	1,22	1,18
3	1,20	1,16
3-	1,18	1,13
4+	1,16	1,10
4	1,13	1,06
4-	1,10	1,02
5+	1,06	0,98
5	1,02	0,96
5-	0,98	0,94

Klasse 10	Kugelstoßen	
	Jungen	Mädchen
Note	4kg Kugel	3kg Kugel
1	> 9,00	>7,50
1-	8,60 - 8,99	7,20 - 7,49
2+	8,20 - 8,59	6,90 - 7,19
2	7,80 - 8,19	6,60 - 6,89
2-	7,40 - 7,79	6,30 - 6,59
3+	7,00 - 7,39	6,00 - 6,29
3	6,75 - 6,99	5,75 - 5,99
3-	6,50 - 6,74	5,50 - 5,74
4+	6,25 - 6,49	5,25 - 5,49
4	6,00 - 6,24	5,00 - 5,24
4-	5,75 - 5,99	4,75 - 4,99
5	< 5,75	<4,75

Ausdauer

Auf Grund der sportartübergreifenden Bedeutung der Grundlagenausdauer findet die Schulung in allen Jahrgangsstufen Berücksichtigung. In den Jahrgangsstufen 5-8 soll rein aerob gelaufen werden („nur durchhalten“, ruhiges Lauftempo), ab Klasse 9 wird die anaerobe Ausdauer sukzessive eingeführt.

Ausdauer - Mädchen					
	Klasse 5	Klasse 6	Klasse 7	Klasse 8	Klasse 9
1	35:00	37:30	40:00	45:00	30/5000
1-	30:00	32:30	35:00	40:00	/ 4800
2+	28:30	31:00	33:30	38:30	/ 4600
2	26:30	29:00	31:30	36:30	25/4400
2-	25:00	27:30	30:00	35:00	/ 4200
3+	23:30	26:00	28:30	33:30	/ 4000
3	21:30	24:00	26:30	31:30	20/3800
3-	20:00	22:30	25:00	30:00	/ 3600
4+	18:30	21:00	23:30	28:30	/ 3400
4	16:30	19:00	21:30	26:30	15/3200
4-	15:00	17:30	20:00	25:00	/ 3000
5+	13:30	16:00	18:30	23:30	/ 2800
5	11:30	14:00	16:30	21:30	10/2600
5-	10:00	12:30	15:00	20:00	2400

Ausdauer - Jungen					
	Klasse 5	Klasse 6	Klasse 7	Klasse 8	Klasse 9
1	35:00	40:00	45:00	50:00	30/6000
1-	30:00	35:00	40:00	45:00	/ 5800
2+	28:30	33:30	38:30	43:30	/ 5600
2	26:30	31:30	36:30	41:30	25/5400
2-	25:00	30:00	35:00	40:00	/ 5200
3+	23:30	28:30	33:30	38:30	/ 5000
3	21:30	26:30	31:30	36:30	20/4800
3-	20:00	25:00	30:00	35:00	/ 4600
4+	18:30	23:30	28:30	33:30	/ 4400
4	16:30	21:30	26:30	31:30	15/4200
4-	15:00	20:00	25:00	30:00	/ 4000
5+	13:30	18:30	23:30	28:30	/ 3800
5	11:30	16:30	21:30	26:30	10/3600
5-	10:00	15:00	20:00	25:00	3400

Beispiel: Die jeweils erbrachte Zeit ergibt die entsprechende Note: läuft ein Junge der Klasse 5 also 29:30min, so erhält er eine 2+, da er die 30min nicht geschafft hat. Sobald ein Schüler oder eine Schülerin geht und nicht mehr läuft, wird die bis dahin erbrachte Zeit gewertet.

Hinweis zur Bewertung der Ausdauer in der Klasse 9:

- Es werden zunächst zwei Noten bestimmt: Eine Note für die Zeit und eine Note für die gelaufene Strecke. Aus beiden Noten ergibt sich die Gesamtnote.

Geht dies nicht auf, wird im Sinne der Schülerinnen und Schüler aufgerundet.
Beispiele siehe unten.

- Beispiel Jungen: Gelaufene Zeit: 30min = Note 1, Gelaufene Strecke 4800m = Note 3. Daraus ergibt sich eine glatte 2.
 - Beispiel Jungen: Gelaufene Zeit: 30min = Note 1, Gelaufene Strecke 5400m = Note 2. Daraus ergibt sich (aufgerundet) eine 1-.
 - Beispiel Jungen: Ein Schüler gibt nach 24min auf oder fängt an zu gehen = Note 3, er ist 3900m gelaufen = Note 5+. Daraus ergibt sich (aufgerundet) die Note 4+.
- Bei der gelaufenen Zeit gibt es nur glatte Noten, die sich im Abstand von je 5min verbessert.
 - Sollte ein Schüler die 6000m in weniger als 30min erreichen, so bekommt er eine 1, auch wenn er keine 30min am Stück gelaufen ist.

Einführungsphase

	Einführungsphase - Jungen		
	3000m	Weitsprung	Diskus (1,75kg)
Note	(Abi Durchgangszeit)	(Abi - 4 Punkte)	(Abi - 5 Punkte)
1+	12:45	5,17	24,55
1	13:03	5,02	23,75
1-	13:21	4,86	22,65
2+	13:39	4,70	21,55
2	14:06	4,54	20,45
2-	14:33	4,38	19,35
3+	15:00	4,21	18,25
3	15:36	4,04	17,00
3-	16:12	3,85	15,75
4+	16:48	3,66	14,50
4	17:24	3,47	13,25
4-	18:00	3,28	12,00
5+	18:45	3,09	10,75
5	19:30	2,90	9,50
5-	20:15	2,71	8,25

	Einführungsphase - Mädchen		
	3000m	Weitsprung	Diskus (1kg)
Note	(Abi Durchgangszeit)	(Abi - 4 Punkte)	(Abi - 5 Punkte)
1+	15:09	4,03	19,80
1	15:27	3,92	19,00
1-	15:45	3,80	18,00
2+	16:03	3,68	17,00
2	16:30	3,56	16,00
2-	16:57	3,44	15,00
3+	17:24	3,32	14,00
3	18:00	3,20	13,00
3-	18:36	3,07	12,00
4+	19:12	2,94	11,00
4	19:48	2,81	10,00
4-	20:24	2,68	9,00
5+	21:09	2,55	8,00
5	21:54	2,42	7,00
5-	22:39	2,29	6,00

	Einführungsphase – 100m Brustschwimmen	
	Jungen	Mädchen
Note		
1+	1:44	1:53
1	1:46	1:55
1-	1:49	1:59
2+	1:51	2:02
2	1:54	2:06
2-	1:58	2:10
3+	2:01	2:14
3	2:05	2:18
3-	2:09	2:23
4+	2:13	2:27
4	2:17	2:31
4-	2:22	2:36
5+	2:26	2:40
5	2:31	2:45
5-	2:35	2:50

Qualifikationsphase Leistungskurs (Leichtathletik)

Qualifikationsphase Leistungskurs - Jungen									
	5000m	Hochsprung	Weitsprung	100m	200m	400m	Kugel (6kg)	Speer (800g)	Diskus (1,75kg)
Note	(Abi - 1min.)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)
1+	22:15	1,60	5,44	12,5	25,8	1:00,0	9,00	32,90	26,15
1	22:45	1,58	5,32	12,7	26,2	1:01,0	8,70	31,60	25,35
1-	23:15	1,55	5,17	12,9	26,7	1:02,0	8,40	30,30	24,55
2+	23:45	1,52	5,02	13,1	27,2	1:03,5	8,10	29,00	23,75
2	24:30	1,49	4,86	13,3	27,7	1:05,0	7,80	27,40	22,65
2-	25:15	1,46	4,70	13,5	28,4	1:06,5	7,50	25,80	21,55
3+	26:00	1,43	4,54	13,7	28,9	1:08,0	7,15	24,20	20,45
3	27:00	1,39	4,38	14,0	29,4	1:09,5	6,80	22,40	19,35
3-	28:00	1,35	4,21	14,3	29,9	1:11,0	6,45	20,60	18,25
4+	29:00	1,31	4,04	14,6	30,4	1:13,0	6,10	18,60	17,00
4	30:00	1,26	3,85	14,9	31,0	1:15,0	5,70	16,60	15,75
4-	31:00	1,21	3,66	15,2	31,6	1:17,0	5,30	14,60	14,50
5+	32:15	1,16	3,47	15,5	32,2	1:19,0	4,90	13,10	13,25
5	33:30	1,11	3,28	15,8	32,8	1:21,0	4,50	11,60	12,00
5-	34:45	1,06	3,09	16,1	33,4	1:23,0	4,10	10,10	10,75

Qualifikationsphase Leistungskurs - Mädchen									
	5000m	Hochsprung	Weitsprung	100m	200m	400m	Kugel (4kg)	Speer (600g)	Diskus (1 kg)
Note	(Abi - 1min.)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)
1+	26:15	1,36	4,25	14,1	29,2	1:08,2	7,85	23,40	21,40
1	26:45	1,34	4,14	14,3	29,7	1:09,0	7,65	22,50	20,60
1-	27:15	1,32	4,03	14,5	30,2	1:10,0	7,45	21,60	19,80
2+	27:45	1,30	3,92	14,7	30,7	1:11,0	7,20	20,70	19,00
2	28:30	1,28	3,80	14,9	31,2	1:13,0	6,95	19,80	18,00
2-	29:15	1,26	3,68	15,2	31,8	1:15,0	6,70	18,80	17,00
3+	30:00	1,24	3,56	15,5	32,4	1:17,0	6,45	17,80	16,00
3	31:00	1,21	3,44	15,8	33,0	1:19,0	6,20	16,80	15,00
3-	32:00	1,18	3,32	16,1	33,6	1:21,0	5,95	15,80	14,00
4+	33:00	1,15	3,20	16,4	34,2	1:23,0	5,70	14,60	13,00
4	34:00	1,11	3,07	16,7	35,0	1:25,3	5,35	13,40	12,00
4-	35:00	1,07	2,94	17,0	35,8	1:27,6	5,00	12,20	11,00
5+	36:15	1,03	2,81	17,3	36,6	1:29,9	4,65	11,00	10,00
5	37:30	0,99	2,68	17,6	37,4	1:32,2	4,30	9,80	9,00
5-	38:45	0,95	2,55	17,9	38,2	1:34,4	3,95	8,60	8,00

Qualifikationsphase Grundkurse (Leichtathletik)

Qualifikationsphase Grundkurs - Jungen					
	5000m	Hochsprung	100m	Kugel (6kg)	Speer (800g)
Note	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -4 Punkte)	(Abi -4 Punkte)
1+	22:45	1,58	12,7	8,70	31,60
1	23:30	1,55	12,9	8,40	30,30
1-	24:15	1,52	13,1	8,10	29,00
2+	25:00	1,49	13,3	7,80	27,40
2	26:00	1,46	13,5	7,50	25,80
2-	27:00	1,43	13,7	7,15	24,20
3+	28:00	1,39	14,0	6,80	22,40
3	29:00	1,35	14,3	6,45	20,60
3-	30:00	1,31	14,6	6,10	18,60
4+	31:15	1,26	14,9	5,70	16,60
4	32:30	1,21	15,2	5,30	14,60
4-	33:45	1,16	15,5	4,90	13,10
5+	35:00	1,11	15,8	4,50	11,60
5	36:15	1,06	16,1	4,10	10,10
5-	37:30	1,01	16,4	3,70	8,60

Qualifikationsphase Grundkurs - Mädchen					
	5000m	Hochsprung	100m	Kugel (4kg)	Speer (600g)
Note	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -4 Punkte)	(Abi -4 Punkte)
1+	26:45	1,34	14,3	7,65	22,50
1	27:30	1,32	14,5	7,45	21,60
1-	28:15	1,30	14,7	7,20	20,70
2+	29:00	1,28	14,9	6,95	19,80
2	30:00	1,26	15,2	6,70	18,80
2-	31:00	1,24	15,5	6,45	17,80
3+	32:00	1,21	15,8	6,20	16,80
3	33:00	1,18	16,1	5,95	15,80
3-	34:00	1,15	16,4	5,70	14,60
4+	35:15	1,11	16,7	5,35	13,40
4	36:30	1,07	17,0	5,00	12,20
4-	37:45	1,03	17,3	4,65	11,00
5+	39:00	0,99	17,6	4,30	9,80
5	40:15	0,95	17,9	3,95	8,60
5-	41:30	0,91	18,2	3,60	7,40

Qualifikationsphase Grundkurs (Schwimmen)

Qualifikationsphase – Jungen			
	800m (Ausdauer)	100m	
		Freistil	Lagen
Note	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -5 Punkte)
1+	13:50	01:24,6	01:44,3
1	14:30	01:27,6	01:48,4
1-	15:10	01:30,9	01:52,6
2+	15:50	01:34,4	01:56,8
2	16:30	01:38,1	02:01,1
2-	17:10	01:41,9	02:05,5
3+	18:00	01:45,9	02:10,0
3	18:50	01:50,1	02:14,5
3-	19:40	01:54,5	02:19,0
4+	20:30	01:58,9	02:23,5
4	21:20	02:03,3	02:28,0
4-	22:10	02:07,7	02:32,5
5+	23:00	02:12,1	02:37,0
5	23:50	02:16,5	02:41,5
5-	24:40	02:20,9	02:46,0

Qualifikationsphase – Mädchen			
	800m (Ausdauer)	100m	
		Freistil	Lagen
Note	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -5 Punkte)
1+	14:50	01:36,7	01:56,6
1	15:30	01:40,1	02:00,7
1-	16:10	01:43,7	02:04,9
2+	16:50	01:47,5	02:09,3
2	17:30	01:51,4	02:13,9
2-	18:10	01:55,4	02:18,8
3+	19:00	01:59,5	02:24,0
3	19:50	02:03,8	02:29,3
3-	20:40	02:08,3	02:34,6
4+	21:30	02:12,9	02:39,9
4	22:20	02:17,5	02:45,2
4-	23:10	02:22,1	02:50,5
5+	24:00	02:26,7	02:55,8
5	24:50	02:31,3	03:01,1
5-	25:40	02:35,9	03:06,4