

Stiftisches Gymnasium

Schulinterner Lehrplan für das Fach Sport

(Sekundarstufe I)

Fassung vom 30.06.2020

Inhaltsverzeichnis

1. Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit	3
1.1. Fachliche Bezüge zum Leitbild der Schule	3
1.2. Aufgaben, Inhalte und Ziele des Fachs	3
1.3. Fachliche Bezüge zu den Rahmenbedingungen des schulischen Umfelds	5
2. Entscheidungen zum Unterricht	7
2.1. Unterrichtsvorhaben nach Jahrgangsstufen	7
Unterrichtsvorhaben in Klasse 5	8
Unterrichtsvorhaben in Klasse 6	35
Unterrichtsvorhaben in Klasse 7	56
Unterrichtsvorhaben in Klasse 8	75
Unterrichtsvorhaben in Klasse 9	90
Unterrichtsvorhaben in Klasse 10	105
2.2 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Bewegungsfeldern	116
2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung	124
3. Glossar	127

1. Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit

1.1. Fachliche Bezüge zum Leitbild der Schule

Das Stiftische Gymnasium kann heute auf eine mehrere Jahrhunderte alte Tradition als Lateinschule mit sprachlich-kulturellem Schwerpunkt zurückblicken.

Wir haben uns als Ziel gesetzt, alle uns anvertrauten Schülerinnen und Schüler auf dem Weg zu einer vielseitig gebildeten, charakterfesten und sozial engagierten Persönlichkeit zu begleiten, um ihnen eine gleichberechtigte und selbstbestimmte Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen.

Unser Ziel ist zudem, dass unsere Schülerinnen und Schüler mit dem Abitur nicht nur eine Hochschulzugangsberechtigung erhalten, sondern auch wirklich gut auf die Anforderungen eines Studiums, eines dualen Studiums oder einer anspruchsvollen Ausbildung sowie natürlich auch auf die Herausforderungen des späteren (Berufs-)Lebens vorbereitet sind.

Neben dem sprachlich-kulturellem Schwerpunkt mit dem Latein-Plus-Zweig, steht vor allem das breit angelegte Kulturprofil mit verschiedenen musikalisch-literarischen Angeboten im Vordergrund: Die Schülerinnen und Schüler können außerunterrichtlich in verschiedenen Chören (Unter- und Mittelstufenchor), AGs (z.B. Rhythmik-AG), Bands (Juniorband oder Big Band) oder im großen Schulorchester sowie der Theaterwerkstatt mitwirken. Im Unterrichtlichen wird neben dem Fach Musik selbst ein instrumentalpraktischer Kurs (Qualifikationsphase) oder ein Literaturkurs angeboten. Neben regelmäßig stattfindenden Konzerten (Schulkonzert oder Aufführungen des Instrumentalpraktischen Kurses) nimmt die Schule an Wettbewerben (z.B. Wettbewerb der Schülerzeitung) oder bekannten Veranstaltungsreihen wie „Lesung und Gespräch“ statt.

Darüber hinaus sind wir in den vergangenen Jahren regelmäßig als MINT-freundliche Schule ausgezeichnet worden und bieten neben den „klassischen“ Naturwissenschaften (Mathematik, Biologie, Physik, Chemie) auch Informatik und Ökologie als Wahlpflichtfächer an.

Doch was wäre der Anspruch auf eine ganzheitliche Bildung, wenn sie nur den Geist und nicht den Körper berücksichtigen würde? Aus diesem Grund legen wir am Stiftischen Gymnasium ebenfalls großen Wert auf den Schulsport. Der Stellenwert des Faches Sport drückt sich im Schulprogramm und im Leitbild unserer Schule aus. Wir folgen dabei einem ganzheitlichen, salutogenetischen Leitbild und dem Doppelauftrag des Schulsports (s. Kapitel 1.2.).

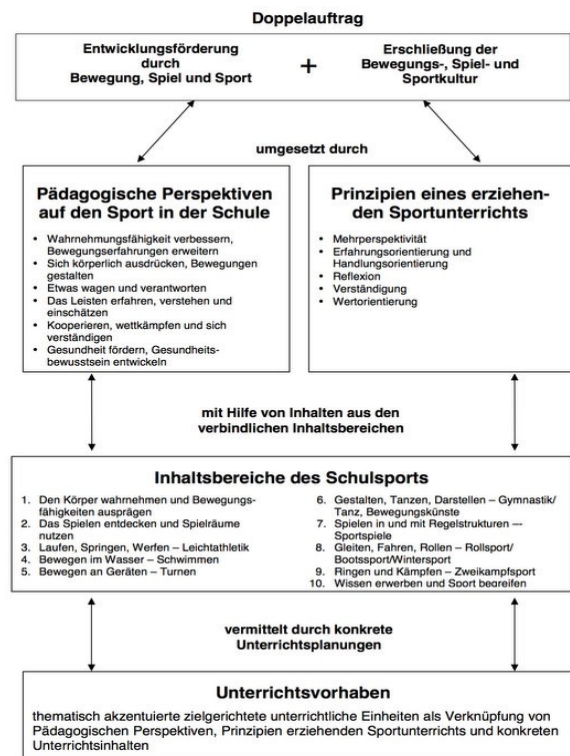
1.2. Aufgaben, Inhalte und Ziele des Fachs

Zielsetzung der Fachkonferenz Sport ist es, den Schülerinnen und Schülern die Ausbildung einer mündigen, bewegungsfreudigen und gesundheitsbewussten Persönlichkeit zu ermöglichen und so nachhaltig die Freude an der Bewegung und am Sport auszuprägen.

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

Grundlage für den Schulsport ist der Kernlehrplan des Landes Nordrhein-Westfalen in der Fassung von 2019 sowie die Richtlinien für das Gymnasium in der Sekundarstufe I (RdErl. d. KM v. 08.02.1993).

Die schrittweise Konkretisierung von sehr allgemein gehaltenen Vorgaben bzw. Inhalten im Kernlehrplan und den Richtlinien finden über verschiedene Ebenen bis hin zum konkreten Unterrichtsvorhaben in der entsprechenden Jahrgangsstufe (s. Kapitel 2) statt. Ausgangspunkt dabei ist der Doppelauftrag des Schulsports:



(nach Stibbe & Aschebrock, 2007, S. 178)

Um in dieser Grafik und in den einzelnen UV-Karten eine Übersicht zu den einzelnen Fachbegriffen und Inhalten zu erhalten, ist am Ende des Lehrplans ein Glossar angehängt (s. Kapitel 3).

Konkret fördert unsere Schule die **gesamtheitliche Persönlichkeitsentwicklung** von jungen Heranwachsenden durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass die Schülerinnen und Schüler...

- zum lebenslangen Sporttreiben angeleitet und motiviert werden
- einen ganzheitlichen, d.h. durch Praxiselemente ergänzten Gesundheitsbegriff kennenlernen und verinnerlichen,
- Selbstwirksamkeit erfahren,
- soziales Miteinander in verschiedenen Sportbereichen kennen- und wertschätzen lernen,
- den Umgang mit eigenen und fremden Stärken und Schwächen lernen und akzeptieren,
- Wissen über die eigenen Lernstrategien besitzen und diese anwenden können,

- sich im schulischen Umfeld und durch alle am Schulleben Beteiligten – Schulleitung, Lehrkräfte, Eltern, Mitschülerinnen und Mitschüler - sozial anerkannt und integriert wissen.

Zur Entwicklung und Förderung dieser Persönlichkeitsattribute leistet die Fachschaft Sport durch die Gestaltung des Schulsportprogramms einen bedeutsamen Beitrag, der dem grundlegenden Bildungs- und Erziehungsauftrag von Schule gerecht wird. Im Besonderen gilt es im Sportunterricht, Möglichkeiten der Partizipation anzustreben und das eigene Handeln zu reflektieren. Dabei verfolgt unser erziehender Sportunterricht auf der Basis der Rahmenvorgaben für den Schulsport eine mehrperspektivische Ausrichtung.

Darüber hinaus können Schülerinnen und Schüler vielfältige Möglichkeiten im Rahmen des Ganztags sowie des außerunterrichtlichen Sports in der Schule nutzen.

1.3. Fachliche Bezüge zu den Rahmenbedingungen des schulischen Umfelds

Sportstätten der Schule

- zwei Einfachturnhallen; eine mit versenkbaren Flachbildfernseher für digitale Unterrichtsabschnitte
- Schuleigener Sportplatz (zur Zeit im Umbau, Fertigstellung voraussichtlich im Jahr 2023) mit 400m-Laufbahn, Kunstrasenplatz, LA-Anlage und umfangreichem Geräteraum

Sportstätten im Umfeld der Schule

- Nutzung des städtischen Hallenbads Jesuitenhofs (ab 2022 ebenfalls durch Neubau mit 50m-Bahn ersetzt)
- Nutzung der Wassersportanlage am Dürener Badensee (überwiegend im Profilkurs in der Qualifikationsphase in Sek II)
- Nutzung des unmittelbar angrenzenden Park Holzbenden
- Kooperation mit einer örtlichen Tanzschule (Durchführung eines kompletten Anfänger-Tanzkurses in Klasse 10)

Unterrichtsangebot

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

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

Fachliche Bezüge zu schulischen Standards zum Lernen und Lehren

Im Zuge der Umstellung auf den G9-Bildungsgang hat die Fachkonferenz bzw. die Schulkonferenz beschlossen, das Fach *Soziales Lernen*, das einstündig in der Erprobungsstufe unterrichtet wird, in den Sportunterricht zu verlagern.

Der Sportunterricht bietet durch das hohe Maß an körperliche Aktivität und den unzähligen Anlässen für Interaktion in verschiedenen Formen eine hervorragende Möglichkeit soziale Kompetenzen in den Jahrgangsstufen 5 und 6 auszubilden, die sowohl in anderen Fächern (im Klassenraum) als auch in der Lebenswelt außerhalb der Schule genutzt werden können. Inhaltlich werden Themen wie z.B. Kennenlernen, Verhalten im Klassengefüge, Selbstvertrauen oder Gefühle in das Bewegungsfeld 2 (Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen) integriert.

Handlungsprogramm zur Förderung des Schwimmens

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

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich deshalb zu einem umfangreichen Maßnahmenpaket:

- Die Fachkonferenz verpflichtet sich Strategien und Handlungspläne in Anlehnung an die landesweite Initiative „NRW kann schwimmen“ zu entwickeln, schriftlich festzuhalten und zu evaluieren. Dazu werden z.B. vor der ersten Stunde im Hallenbad (Beginn 2. Halbjahr Klasse 5) Vorkenntnisse bzw. erfolgreich absolvierte Schwimmabzeichen von den Eltern erfragt.
- Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Verankerung des Schwimmens im „Konzept zur individuellen Förderung“ der Schule und zum Treffen von verbindlichen Vereinbarungen über Maßnahmen zur Erlangung der Schwimmfähigkeit von Schülerinnen und Schülern (Nutzung von Ergänzungsstunden, Abnahme von Schwimmabzeichen).
- Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Durchführung systematischer Sichtungsmaßnahmen zur Förderung der Nichtschwimmerinnen und -schwimmer und zur Sichtung besonderer Begabungen im Schwimmen.
- Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur regelmäßigen Teilnahme an Fort- und/oder Qualifizierungsmaßnahmen für Lehrkräfte im Schwimmen (u.a. Auffrischung der Rettungsfähigkeit gemäß Erlass zur Sicherheitsförderung).
- Die Fachkonferenz vereinbart, die Potenziale des Schwimmens allen Kindern unabhängig von Herkunft und religiöser, bzw. ethischer Überzeugung bewusst nutzbar zu machen. Entsprechende Angebote – auch schul(form-)übergreifend – sind zu nutzen.

2. Entscheidungen zum Unterricht

2.1. Unterrichtsvorhaben nach Jahrgangsstufen

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

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

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

Bei der Verteilung der Unterrichtsstunden wird berücksichtigt, dass in der Erprobungsstufe das Fach *Soziales Lernen* im schulinternen Lehrplan integriert wird (jeweils eine Doppelstunde im angesetzten Halbjahr). Insgesamt stehen 18 Stunden für den Sportunterricht in der gesamten Sekundarstufe I zur Verfügung.

Nummerierung	Unterrichtsvorhaben in Klasse 5	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten – Allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und gesund	1.1	10
UV 2	Ich kann mitspielen – Beherrschen Fertigkeiten und Fähigkeiten in Bezug auf Kleine bzw. Ballspiele	2.1	10
UV 3	Wir laufen, springen und werfen – traditionelle oder alternative Wettbewerbe, ein leichtathletischer Dreikampf	3.1	12
UV 4	Das ist meine Klasse – Kennenlernen und Verhaltensregeln (Unterrichtsfach Soziales Lernen)	2.2	10
UV 5	Rhythm is it - Erarbeitung und Präsentation einer einfachen Ballkorobicskür	6.1	10
UV 6	Ich kann das! – Stärkung des Selbstvertrauens (Unterrichtsfach Soziales Lernen)	2.3	10
UV 7	Rolle, Handstand, Rad – Grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen	5.1	12
UV 8	Kunststücke im Wasser – grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen	4.1	10
UV 9	„Ich will besser werden!“ – in einer Gleichzugtechnik (Brust) mit Start und Wende sicher schwimmen können	4.2	10
UV 10	Ganz schön aus der Puste!? – mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd schwimmen können	4.3/1.2	10
UV 11	Wasserspringen und Tauchen ohne Angst und Übermut! – Durch vielfältige Sprünge und verantwortungsbewusstes Tauchen seine Grenzen ausloten	4.4	12
UV 12	„Ab in den Korb!“ – Vermittlung der Basketball-Spielidee nach dem Spielgemäßen Konzept	7.1	12
UV 13	„Wie lange noch?“ – Stärken und Schwächen psycho-physischer Ausdauerleistungsfähigkeit erkennen sowie langfristig verbessern	1.2	10
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit: Stunden für die Unterrichtsvorhaben: Freiraum:			160 UE 138 UE 22 UE

Jahrgangsstufe: 5.1	Päd. Perspektive: F, A	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1	Vernetzen mit UV: BF 1.2
1. Thema des UV: Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten – Allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und gesund				
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen f – Gesundheit		
Inhaltlicher Kern: - allgemeines und spezielles Aufwärmen		Inhaltliche Schwerpunkte: - Unfall- und Verletzungsprophylaxe - gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens - Wahrnehmung und Körpererfahrung		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen [6 BWK 1.1] eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen [6 BWK 1.2] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2] Unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben. [6 SK a1] UK <ul style="list-style-type: none"> körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen. [6 UK f1] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeines Aufwärmen - Spezielles Aufwärmen - Phasen des Aufwärmens - Bewegter Stundenaufakt für Alle - Herz-Kreislauf-Erwärmung - Dehnung, Mobilisation, Aktivierung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeines /spezielles Aufwärmen - Funktionsgymnastik - Grundlagen der Anatomie - Gesundheitsbegriff - Gesundheitsverständnis 	<ul style="list-style-type: none"> - Lernaufgabe: Erproben verschiedener Aufwärmformen (Kleine Spiele, Lauf-ABC, Funktionsgymnastik...) und Entwickeln von Aufwärmübungen im Hinblick auf allgemeines und funktionales Aufwärmen - Erstellen einer Mind Map zur Systematisierung unterschiedlicher Formen der Erwärmung <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entwickeln und Erproben (Schüler-/Lehrerinfo) - Mind Map (Schüler-/Lehrerinfo) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeines Aufwärmen - Phasen des Aufwärmens - Bewegter Stundenaufakt für Alle - Herz-Kreislauf-Erwärmung - Dehnung, Mobilisation, Aktivierung <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lauf-ABC - Funktionsgymnastik - Kleine Spiele 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <p><i>Beobachtungsschwerpunkte:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft, Willensstärke und Motivation zeigen <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anleiten des Aufwärmens - Mitmachen – sich anleiten lassen - Bewegungsqualität

Jahrgangsstufe: 5.1	Päd. Perspektive: E	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 2.1	Vernetzen mit UV: BF 2.2
2. Thema des UV: <i>Ich kann mitspielen</i> – Beherrschen der grundlegenden spielübergreifenden technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in Bezug auf Kleine bzw. Basisspiele				
BF/SB 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz		
Inhaltlicher Kern: - kooperative Spiele - kleine Spiele und Pausenspiele		Inhaltliche Schwerpunkte: - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten - Interaktion im Sport		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • 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]		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] MK selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 Mk e2] UK sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Anforderungen im Spielprozess - Phasierung der Schlagwurfes - Merkmale des technisch sauberen Fangens - Taktisches Grundverständnis des Freilaufens und Anbietens <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technik und Taktik - Unterscheidung der Kategorien Fangspiele, Basisspiele sowie Kleine Spiele - Kooperations- und Konkurrenzsituationen 	<ul style="list-style-type: none"> - Erproben von und Experimentieren mit verschiedenen Wurf- und Fangtechniken - Erstellen einer Übersicht zur Systematisierung der Passtechniken insbesondere des Schlagwurfes sowie der Fangtechnik - Entwickeln geeigneter Bewegungsmuster zum Freilaufen und Anbieten - <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Lauf-/Fang- und Wurfspiele z.B. Zehnerball, Hase und Jäger, Schweinchen minder Mitte und Völkerball (Varianten), Zombieball <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Freilaufen und Anbieten - Ausweichen - Fangbewegung (Trichter/Korb) - Pass-/Wurfvarianten: <ul style="list-style-type: none"> o Druckpass o Schlagwurfvarianten o Schleuderwurf 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Taktiküberprüfung – Freilaufen und Anbieten, Ausweichen und Ducken - Anstrengungsbereitschaft, team- und zielorientiertes Spielen - Situations- und adressatenangemessenes Spielverhalten <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - allgemeines Spielverständnis - Fairness <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Techniküberprüfung – Merkmale - Grobkoordination des Passens und Fangens - Bewegungsfluss (grundlegend) - Bewegungsdynamik - Bewegungsrhythmus <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - S.O.

Jahrgangsstufe: 5.1	Päd. Perspektive: D, A	Dauer des UVs: 12 + Wettkampftag	Nummer des UVs im BF/SB: 3.1	Vernetzen mit UV: BF 3.2
3. Thema des UV: <i>Wir laufen, springen und werfen</i> – traditionelle oder alternative Wettbewerbe, ein leichtathletischer Dreikampf				
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik		Inhaltsfelder: d – Leistung a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen		
Inhaltlicher Kern: - grundlegende leichtathletische Bewegungen		Inhaltliche Schwerpunkte: - Faktoren sportlicher Leistung - Struktur und Funktion von Bewegungen		
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, Langstrecke (800 m), Ballwurf auf grundlegendem Fertigniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen 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"> die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1] wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] 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] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Anforderungen - beim Laufen: Tempo-, Zeit- und Rhythmusgefühl beim Springen: weit springen, hochspringen, hoch und weit springen beim Werfen: Wurfbewegungen variieren - Phasierung von: Laufschriffs-, Sprung-, Wurfbewegungen - Bewegungsmerkmale beim Laufen, Springen und Werfen - Körperreaktionen bei schnellem/ ausdauerndem Laufen - unterschiedliche Formen des Laufens, des Springens - grundlegende Unterscheidung des Werfens und Stoßens <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsphasen beim Springen und Werfen (Anlauf, Absprung, Flug- u. Landephase; Anlauf – Auftakt - Angleiten; Abwurf) - Körperreaktionen beim schnellen/ausdauernden Laufen: Herzfrequenz, Gesichtsrötung, Schwitzen 	<ul style="list-style-type: none"> - Lernaufgabe: Erproben verschiedener Laufformen - Erstellen einer MindMap zur Systematisierung unterschiedlicher Laufformen - Erproben und experimentieren von verschiedene Sprungformen und Entwickeln von Sprungübungen und -variationen – auch in Verbindung mit dem Laufen - Experimentieren mit unterschiedlichen Wurfgeräten - Erproben verschiedener Wurfformen <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren (Schüler-/Lehrerinfo) - Mind Map (Schüler-/ Lehrerinfo) - Startkommando beim Laufen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Formen des Laufens: ausdauerndes Laufen/ Sprinten - Laufen auf unterschiedlichem Boden- und Gelände - Laufen über Hindernisse (normiert und nicht normiert) - Unterschiedliche Formen des Springens: weit springen, hoch springen, hoch-weit springen, vorwärts-/rückwärts-/seitwärtsspringen, dreispringen - unterschiedliche Formen des Werfens: weit werfen, hoch werfen, hoch-weit werfen, vorwärts-/ rückwärts werfen, aus der Drehbewegung werfen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lauf-, Sprung-, Wurf-ABC - Bewegungsphasen beim Sprung u. Wurf 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft - Bewerten der erreichten Leistung - Übungsformen zum Lauf-, Sprung- und Wurf - ABC demonstrieren und beschreiben - Selbstständige Nutzung des Lauf-, Sprung- und Wurf – ABC zum Aufwärmen <p>Beobachtungskriterien: Vielfalt der gefundenen Bewegungen</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsqualität <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - normierter Vierkampf nach Punktwertung (BJSP)

Jahrgangsstufe: 5.1	Päd. Perspektive: E, C	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 2.2	Vernetzen mit UV: BF 2.1
4. Thema des UV: <i>Das ist meine Klasse</i> – Kennenlernen und Verhaltensregeln (Unterrichtsfach Soziales Lernen)				
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz c – Wagnis und Verantwortung		
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> - Kennenlernspiele - kleine Spiele - Kooperative Spiele 		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> - Interaktion im Sport [e] - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] - Handlungssteuerung [c] 		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen [6 BWK 2.1] • unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen [6 BWK 2.4] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> - Merkmale für ein faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] - sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> - verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1] - in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] 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"> - Selbstdisziplin und Selbstkontrolle - Beachtung des persönlichen Risikos und individueller Grenzen - Gefühl gegenseitiger Wertschätzung - unterschiedliche Funktionen von Regeln - ein Spiel unter Einbezug aller Beteiligten gemeinsam gestalten und umsetzen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kooperations- und Konkurrenzsituationen - Vertrauen - Regeln - Fairness - Wertschätzung - Verantwortung 	<ul style="list-style-type: none"> - Lernaufgabe: über Verhaltensregeln nachdenken, Verhaltensregeln aufstellen - Verantwortung übernehmen und Vertrauen schaffen <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entwickeln und Erproben (Schüler-/Lehrerinfo) - Spielbeobachtung – Regelbeobachtungen in für den spielgestalterischen Prozess nutzbar machen - Beobachtung des Verhaltens bei mir selbst und bei anderen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Formen Kleiner Spiele – Kennenlernspiele, Völkerball und Variationen, kooperative Spiele, kleine Spiele, Apetizer, - Theorie und Arbeitsblätter aus: Lions Quest: Erwachsen werden. Soziales Lernen: Kapitel 1 - Reflexion: Welches Verhalten habt ihr bei euch selbst und bei anderen bemerkt <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reflexion - Konstruktive Kritik - Beobachten - Selbstkontrolle - Fairness - Vertrauen - Verantwortung - Goldene Regel 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reflexion - Lernen konstruktiv zu kritisieren - Spiel- und Regelbeobachtungen durchführen und Ergebnisse mitteilen und Rückmeldungen in das eigene Spiel integrieren <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Umgang mit Regeln: (Arbeits- und Sozialverhalten, Fairness, Teamfähigkeit) <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beobachtung Sozialverhalten - Entwicklung Sozialkompetenz <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielregeln, Spielbeteiligung – Spaß für alle? - Reflexion - Selbstkontrolle

Jahrgangsstufe: 5.1	Päd. Perspektive: B, E	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 6.1	Vernetzen mit UV: BF 6.2
5. Thema des UV: <i>Rhythm is it!</i> – Erarbeitung und Präsentation einer einfachen Ballkorobicskür				
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungsküste		Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung e – Kooperation und Konkurrenz		
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> - gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) - Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung 		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> - Variation von Bewegung - Präsentation von Bewegungsgestaltung - Interaktion im Sport 		
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 Bewegungsgestaltung nutzen [6 BWK 6.1] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> - Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1] - grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen [6 SK b2] MK <ul style="list-style-type: none"> - Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1] - einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2] UK <ul style="list-style-type: none"> - kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - einzelne vorgegebene (Beispiel-)Bewegungen - Auswahl aus unterschiedlichen Bällen - Rahmenvorgaben (Musik/BPM, Dauer, Gruppengröße) - Gestaltung anhand von einfachen Gestaltungskriterien - Eigenständige Umgestaltung einzelner vorgegebener Elemente - Kennenlernen einfacher Gestaltungskriterien (s.u.) - Zwischen- bzw. Abschlusspräsentationen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - GK Raum (Formationswechsel) - GK Dynamik/Rhythmik - Kommunikation - Kreativität 	<ul style="list-style-type: none"> - Nachgestalten (hauptsächlich von Lehrerdemonstrationen, Videos oder Bewegungsabläufen) - Umgestalten - Neugestalten - Vom Einfachen zum Schweren - Kombination eigener und neuer Elemente zu Präsentation <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren - Auge-Hand-Koordination bzw. Auge-Fuß-Koordination - Stärkung der Sozialkompetenz (<i>gemeinsame</i> Erarbeitung) - Präsentationsfähigkeit entwickeln und stärken 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prellen von Bällen, ggf. Führen von Bällen am Fuß - Nachgestalten von vorgegebenen Bewegungen (überwiegend aus dem Aerobic-Bereich) - Umgestalten bzw. Erweitern vorgegebener Elemente - Neugestalten von eigenen Elementen mit/ohne Ball <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Drehungen - Positionswechsel innerhalb der Gruppe (=Formationswechsel) - Position zum Publikum - Ballwechsel mit Partner 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lehrerbeobachtungen - Kriteriengeleitete Rückmeldung durch Mitschüler <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Konstante Mitarbeit im Gestaltungsprozess - Kommunikations-/Diskussionsfähigkeit und Kompromissbereitschaft - Kreativität - Rhythmik <p>Punktuell:</p> <p>Abschlusspräsentation</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Umsetzung Vorgaben <ul style="list-style-type: none"> o Gestaltungskriterien o bekannte und unbekannte/neue Elemente

Jahrgangsstufe: 5.1	Päd. Perspektive: E, C, F	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 2.3	Vernetzen mit UV: BF 2.1
6. Thema des UV: <i>Ich kann das!</i> – Stärkung des Selbstvertrauens (Unterrichtsfach Soziales Lernen)				
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz c – Wagnis und Verantwortung f – Gesundheit		
Inhaltlicher Kern: - kooperative Spiele - kleine Spiele und Pausenspiele		Inhaltliche Schwerpunkte: - Interaktion im Sport [e] - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] - Handlungssteuerung [c]		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen [6 BWK 2.1] 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 ein faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1] in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] 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"> - Handlungskompetenzen erwerben - Selbstvertrauen im Spiel und durch den Sport stärken - Beachtung des persönlichen Risikos und individueller Grenzen - Gefühl gegenseitiger Wertschätzung - Erfolge erzielen – Selbstvertrauen stärken - ein Spiel unter Einbezug aller Beteiligten gemeinsam gestalten und umsetzen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fähigkeiten haben und entwickeln - Anerkennung bekommen - Verantwortung übernehmen - Vertrauen - Erfolg: meine Erfolge; Erfolg teilen - Wertschätzung - Verantwortung - Sich selbst und andere einschätzen 	<ul style="list-style-type: none"> - Konzentration: achte auf eigenes Verhalten - Zuwendung: achte auf deinen Spiel- bzw. Gesprächspartner - Ermutigung: bitte um Informationen, um ihn/sie besser zu verstehen - Lernaufgabe: Zuwendung geben, sich konzentrieren und andere ermutigen - Verantwortung übernehmen und Vertrauen schaffen - Sachliche Rückmeldung <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entwickeln und Erproben (Schüler-/Lehrerinfo) - Beobachtung des Verhaltens bei mir selbst und bei anderen - Gutes Zuhören - Rückmeldung – konstruktiv, beschreibend 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kooperative Spiele, Apetizer, - Akrobatik - Sportliche Aufgaben, die Selbstvertrauen fördern - Herausforderungen - Theorie und Arbeitsblätter aus: Lions Quest: Erwachsen werden. Soziales Lernen: Kapitel 2 - Reflexion: beschreiben; sagen, was mir an den Mitschülern gefällt <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aufmerksamkeit - Zuhören - Blickkontakt - Anerkennung - Wertschätzung - Selbstkontrolle - Vertrauen - Verantwortung 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reflexion - Lernen konstruktiv zu kritisieren - Spiel- und Regelbeobachtungen durchführen und Ergebnisse und Rückmeldungen einbeziehen <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Durchführung der Aufgaben - Verhalten gegenüber Mitschülern <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Konzentration - Zuhören - Ermutigung der Mitschüler

Jahrgangsstufe: 5.1	Päd. Perspektive: A, C	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 5.1	Vernetzen mit UV: BF 5.2
7. Thema des UV: Rolle, Handstand, Rad – Grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen				
BF/SB 5: Bewegen an Geräten - Turnen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c – Wagnis und Verantwortung		
Inhaltlicher Kern: - normgebundenes Bewegen an Geräten und -bahnen		Inhaltliche Schwerpunkte: - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen - Grundlegende Aspekte motorischen Lernens - Handlungssteuerung		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balacieren, 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 aus einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren [6 BWK 5.2] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a1] die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderungen, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1] MK <ul style="list-style-type: none"> einfache Hilfen (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] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Phasierung ausgewählter Elemente - Verbindung der Turnelemente zu einer Bodenkür - den Übungsprozess gemeinsam gestalten – ein teamorientierter Ansatz einer Individualsportart - Übungen zum Aufbau und dem Erhalt von Körperspannung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hilfestellung vs. Sicherheitsstellung - Körperspannung - Bewegungsphasen - Erkennen, Abschätzen und Umsetzen von Hilfegebungen 	<ul style="list-style-type: none"> - Lernaufgabe: Erproben und Beherrschen einzelner Turnelemente sowie deren Verbindung zu einer Kür - den Übungsbetrieb richtig organisieren und durchführen unter Beachtung grundlegender Sicherheitsvorgaben im SU - Helfen und Sichern im Turnsport - <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben, Experimentieren und Entwickeln - (Schüler-/Lehrerinfo) - Bewegungsbeobachtungen und Bewegungskorrektur 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <p>Unterschiedliche turnerische Elemente am Boden:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Strecksprung (halbe/ganze Drehung) - Rolle vw/rw - Handstand (Wand/frei) - Rad - ggf. Handstand abrollen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rotation - Rhythmus (Rad) - Aufschwingen, Abschwingen - ggf. Abrollen - beidhändiger Klammergriff - Eigensicherung 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft im Übungsbetrieb - Hilfsbereitschaft - Übernahme von Verantwortung, Teamgedanke im Übungsbetrieb <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation der Kür (5 <u>unterschiedliche Einzelelemente müssen enthalten sein!</u>) - Bewegungsausführung der Einzelelemente differenziert nach dem Schwierigkeitsgrad (z.B. Handstand frei)

Jahrgangsstufe: 5.1	Päd. Perspektive: A, C	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 4.1	Vernetzen mit UV: BF 4.2
8. Thema des UV: <i>Kunststücke im Wasser</i> – grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen				
BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c – Wagnis und Verantwortung		
Inhaltlicher Kern: - Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen und Spiele im Wasser		Inhaltliche Schwerpunkte: - Wahrnehmung und Körpererfahrung - Handlungssteuerung		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> Das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb, Rotation (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] wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] MK <ul style="list-style-type: none"> einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] UK <ul style="list-style-type: none"> einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gleiten über und unter Wasser - Rotationen im Wasser ins Wasser springen - Forstbewegungsmöglichkeiten im Wasser erproben - Organisationsregeln lernen und befolgen (s. Anhang) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auftrieb, Vortrieb - Wasserwiderstand - Kopfsteuerung - Schwimmregeln (s. Anhang) - Unterschied Taucherbrille/Schwimmbrille 	<ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren mit unterschiedlichen Bewegungsformen im Wasser - Lehrervorgabe: Organisationsregeln <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <p>Erproben und Experimentieren (Schüler-/Lehrerinfo)</p> <ul style="list-style-type: none"> - 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gleiten über und unter Wasser - Rotationen im Wasser ins Wasser springen - Forstbewegungsmöglichkeiten im Wasser erproben - Organisationsregeln lernen und befolgen (s. Anhang) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auftrieb, Vortrieb - Wasserwiderstand - Kopfsteuerung - Schwimmregeln (s. Anhang) 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lehrerbeobachtung: Einhalten der Regeln <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Regeleinhaltung <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Gleiten - Allgemeine Wasserbewältigung - Kenntnisse der Baderegeln

Jahrgangsstufe: 5.1	Päd. Perspektive: A, D	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 4.2	Vernetzen mit UV: BF 4.1
9. Thema des UV: „Ich will besser werden!“ – in einer Gleichzugtechnik (Brust) mit Start und Wende sicher schwimmen können				
BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d – Leistung		
Inhaltlicher Kern: - Schwimmarten einschließlich Start und Wende		Inhaltliche Schwerpunkte: - Struktur und Funktion von Bewegungen - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen [6 BWK 4.3] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] MK <ul style="list-style-type: none"> mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau beschreiben [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
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grobform der Grundschwimmart Brust (Gleichzug) - Elemente des Wettkampfschwimmens: Startsprung und Wende - Atemtechniken - Wettkampfbregeln <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technische Begriffe der Grundschwimmarten (Beinschlag, Armzug, Koordination) - Auftrieb, Vortrieb - Gleiten - Begriffe der Atemtechnik: Wechselrhythmus 	<ul style="list-style-type: none"> - Partnerkontrolle - Spielerische Übungsformen - Einsatz von Schwimmhilfsmitteln (Pull-Boy, Schwimmbrett, Poolnoodle etc.) - Techniktafeln <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Partnerkontrolle 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grobform der Grundschwimmarten Brust (Gleichzug) und Kraul oder Rücken (Wechselzug) - Elemente des Wettkampfschwimmens: Startsprung und Wende - Atemtechniken <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technische Begriffe der Grundschwimmarten (Beinschlag, Armzug, Koordination) - Auftrieb, Vortrieb - Gleiten - Begriffe der Atemtechnik: Wechselrhythmus 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lehrerbeobachtungen <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Engagement bei Partnerkontrolle - Engagement bei Übungsausführung - Einhaltung der Regeln <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration Brusttechnik - Demonstration Startsprung - Demonstration Wende - ggf. 25 m Kraul UND 50 m Brust in höchstens 1:10 m UND 50 m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit oder 50 m Rückenkraulschwimmen (Gold)

Jahgangsstufe: 5.1	Päd. Perspektive: F, D	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 4.3	Vernetzen mit UV: BF 4.2
10. Thema des UV: <i>Ganz schön aus der Puste!?</i> – mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd schwimmen können				
BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: f – Gesundheit d – Leistung		
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> - aerobe Ausdauerfähigkeit - Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen 		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit 		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200 m) und in einem weiteren Bewegungsfeld je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen [6 BWK 1.4] • 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"> - Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2] MK <ul style="list-style-type: none"> - Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1] UK <ul style="list-style-type: none"> - 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"> - Schwimmen einer längeren Strecke zur Verbesserung der Ausdauerfähigkeit - Das eigene Anstrengungsniveau einschätzen und beurteilen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Borg-Skala (bzw. Vergleichbares) - Ausdauer: aerob, anaerob - Herz-Kreislaufbelastung - Pulsfrequenz 	<ul style="list-style-type: none"> - Abwechslungsreiche Belastungsformen - Selbsteinschätzungstests - Intervall-Training, Schwimmen auf Zeit - Staffeln - Distanz schätzen lassen (Ziel) <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren - Borg-Skala (bzw. Vergleichbares) <p>Intervall-Training</p>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schwimmen einer längeren Strecke zur Verbesserung der Ausdauerfähigkeit - Das eigene Anstrengungsniveau einschätzen und beurteilen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Borg-Skala (bzw. Vergleichbares) - Ausdauer: aerob, anaerob - Herz-Kreislaufbelastung - Pulsfrequenz 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lehrerbeobachtung <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Einhalten der Regeln - Engagement bei Übungsausführung <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterium:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Überprüfung der Schwimmdistanz - ggf. Sprung vom Beckenrand und 200 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten (Bronze) - ggf. Startsprung und 400 m Schwimmen in höchstens 25 Minuten, davon 300 m in Bauch- und 100m in Rückenlage (Silber) - ggf. 600 m Schwimmen in höchstens 24 Minuten (Gold) - ggf. Kenntnis von Trainingsmethoden

Jahgangsstufe: 5.1	Päd. Perspektive: C, D	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 4.4	Vernetzen mit UV: BF 4.2
11. Thema des UV: <i>Wasserspringen und Tauchen ohne Angst und Übermut!</i> – Durch vielfältige Sprünge und verantwortungsbewusstes Tauchen seine Grenzen ausloten				
BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen			Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung d - Leistung	
Inhaltlicher Kern: - Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltung oder Spiele im Wasser			Inhaltliche Schwerpunkte: - Handlungssteuerung - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen [6 BWK 4.4]			Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderungen, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1] - psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] 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"> - Sprünge: Kopf- und Fußsprünge von Block, 1 und 3 Meter-Brett - Tauchen: Tief und weit - Vielseitigkeitstauchen - Erlernen von Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen - Grundlegende Techniken des Rettungsschwimmens <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tauchregeln: Druckausgleich, Schwimmbadblackout, Hyperventilation, Trommelfellbeschädigungen, Unterdrucktrauma der Augen - Angstüberwindung - Theorie der Selbst- und Fremdrettung 	<ul style="list-style-type: none"> - Partnerarbeit (Verantwortung) - Tauchparkour oder Tauchstationen - Elementebogen „Angst“ („Was traut ihr euch zu schaffen?“) <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren - Verantwortungsbewusstsein im Unterwasserverhalten 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sprünge: Kopf- und Fußsprünge von Block, 1 und 3 Meter-Brett - Tauchen: Tief und weit - Vielseitigkeitstauchen - Erlernen von Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen - Grundlegende Techniken des Rettungsschwimmens <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wasserspannung - Tauchregeln: Druckausgleich, Schwimmbadblackout, Hyperventilation, Trommelfellbeschädigungen, Unterdrucktrauma der Augen - Angstüberwindung ... - Theorie der Selbst- und Fremdrettung 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lehrerbeobachtung <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Engagement bei der Übungsausführung <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Tauchregeln - Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbst- und Fremdrettung) - ggf. Heraufholen von Gegenständen, Tieftauchen, Springen, Transportschwimmen und Streckentauchen nach den Anforderungen für das Schwimlabzeichen (Bronze, Silber, Gold)

Jahrgangsstufe: 5.1	Päd. Perspektive: E, D	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1	Vernetzen mit UV: BF 7.3
12. Thema des UV: „Ab in den Korb!“ – Vermittlung der Basketball-Spielidee nach dem Spielgemäßen Konzept				
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Basketball)		Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz d – Leistung		
Inhaltlicher Kern: - Mannschaftsspiele (Basketball)		Inhaltliche Schwerpunkte: - Interaktion im Sport - Leistungsverständnis im Sport		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2] in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [6 BWK 7.3] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] UK <ul style="list-style-type: none"> sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Varianten des Zusammenspiels in Kleingruppen - Verschiedene Varianten des Korbwurfes erproben - Zusammenspiel (Dribbling und Passen) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dribbeln - Druckpass (z.B. Bodenpass) - Positionswurf 	<ul style="list-style-type: none"> - Erproben und experimentieren: verschiedene Würfe auf den Basketballkorb - Ballgewöhnung - Dribbeln mit verschiedenen Anforderungsstufen (Tempo, Hindernisse, ...) - Üben des Zusammenspiels in Kleingruppen und benennen der Kriterien eines guten Zusammenspiels (verbale und nonverbale Kommunikation) <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren - Teamfähigkeit 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Formen des Korbwurfes aus unterschiedlichen Entfernungen - Werfen und passen im Rahmen des Sportspiels Basketball - Reduktion der Spielsituation durch verschiedene Spielformen: <ul style="list-style-type: none"> - Kleinfeldspiele - Zonenbasketball - Mini-Basketball - Spiel ohne Dribbling <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Positionswurf/Korbleger 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kontinuierliche und konzentrierte Mitarbeit - Teamfähigkeit/Zusammenspiel im 3 gegen 3 oder 4 gegen 4 <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Freilaufen - Einhalten von Regeln - Leistungsbereitschaft <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Passen und Fangen über unterschiedliche Distanzen - Korbwurf (vom Kasten) <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Sicherheit - Genauigkeit - Erfolgsquote

Jahrgangsstufe: 5.1	Päd. Perspektive: A, F	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 1.2	Vernetzen mit UV: BF 1.1
13. Thema des UV: „Wie lange noch?“ – Stärken und Schwächen psycho-physischer Ausdauerleistungsfähigkeit erkennen sowie langfristig verbessern				
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen f - Gesundheit		
Inhaltlicher Kern: - aerobe Ausdauerfähigkeit - allgemeines und spezielles Aufwärmen		Inhaltliche Schwerpunkte: - Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] - Struktur und Funktion von Bewegungen [a] - Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen [6 BWK 1.1] grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden [6 BWK 1.3] 		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] Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2] MK <ul style="list-style-type: none"> einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] UK <ul style="list-style-type: none"> körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fitnessorientiertes Zirkeltraining - Grundlegende Merkmale einzelner Entspannungsmethoden vermitteln - Bezug zu bio-psycho-sozialem Kontext <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kondition - Fitness - Grundlagen der Trainingslehre - Stress, Stressmodell - Anspannung-Entspannung - Ruhe-Schwere-Wärme-Herz-Atmung 	<p>Methoden erarbeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fantasiereise (eventuell durch Vermittlung von Inhalten der Progressiven Muskelrelaxation und dem Autogenen Training) - Lernaufgabe: Erproben verschiedener Entspannungstechniken - Erstellen einer MindMap zur Systematisierung unterschiedlicher Formen der Entspannung (Gegenüberstellung „naiver“ Entspannungstechniken und Entspannungsmethoden) <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Belastungsdauer - Erarbeitung von Ruhepositionen (Sitz, Liegen, Kutschersitz) - Entspannungstagebuch 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fitnessorientiertes Zirkeltraining - unterschiedliche Formen/Methoden der Entspannung: - Fantasiereise - Progressive Muskelrelaxation - Autogenes Training <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kraft - Ausdauer - Biofeedback (Atmung, Herzfrequenz...) - Transfer in den Alltag und zu Situationen in der Schule (Prüfungsangst, sportlicher Wettbewerb...) 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Schülerverhalten - Konzentrationsfähigkeit - Reflektionsfähigkeit <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - sich (dauerhaft) einlassen können

Nummerierung	Unterrichtsvorhaben in Klasse 6	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 14	„Ich strenge mich an und erhole mich“ – Regeneration nach körperlicher Belastung durch Entspannungstechniken	1.3	10
UV 15	Laufen über Stock und Stein – Ausdauertraining im Gelände	3.2	12
UV 16	Wir erarbeiten uns spielerisch eine Spielesammlung – Spielideen unterschiedlicher Basisspiele und kleiner Spiele kennen, aktiv umsetzen und begreifen, sowie Regeln vereinbaren, einhalten und verändern	2.4	12
UV 17	Wir kämpfen sportlich fair! - Normungebundene Zweikampfformen unter Einhaltung der Regeln erproben, erarbeiten und reflektieren	9.1	10
UV 18	Locker-flockig drüber! – Effektive Hindernisüberwindung als Einstieg in die Sportart <i>Le Parkour</i>	5.2	10
UV 19	Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen! – Einfache Aufgaben in Partnerspielen taktisch sicher und regelgerecht bewältigen	7.2	12
UV 20	Jumping all over the world – Erarbeiten, präsentieren und bewerten von Choreographien in einer Gruppe am Beispiel von Jumpstyle	6.2	12
UV 21	Wie fühlt sich das an? – Eigene und Gefühle anderer im Mit- und Gegeneinander (Unterrichtsfach Soziales Lernen)	2.5	10
UV 22	Wir laufen bis nach Istanbul – Kooperatives Ausdauertraining mit einem Klassenziel	3.3	10
UV 23	Einer für alle und alle für einen – Teambildung und Gemeinschaftsgefühl (Unterrichtsfach Soziales Lernen)	2.6	10
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			120 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			104 UE
Freiraum:			14 UE

Jahgangsstufe: 6.1	Päd. Perspektive: A, F	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 1.3	Vernetzen mit UV: BF 4.2
14. Thema des UV: „Ich strenge mich an und erhole mich“ – Regeneration nach körperlicher Belastung durch Entspannungstechniken				
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen f – Gesundheit		
Inhaltlicher Kern: - aerobe Ausdauerfähigkeit - allgemeines und spezielles Aufwärmen		Inhaltliche Schwerpunkte: - Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] - Struktur und Funktion von Bewegungen [a] - Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen [6 BWK 1.1] eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen [6 BWK 1.2] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1] Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2] MK <ul style="list-style-type: none"> einfache Hilfen (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] 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"> - Fitnessorientiertes Zirkeltraining - Grundlegende Merkmale einzelner Entspannungsmethoden vermitteln - Bezug zu bio-psycho-sozialem Kontext <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kondition - Fitness - Grundlagen der Trainingslehre - Stress, Stressmodell - Anspannung-Entspannung 	<p>Methoden erarbeiten</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fantasiereise (eventuell durch Vermittlung von Inhalten der Progressiven Muskelrelaxation und des autogenen Trainings) - Lernaufgabe: <i>Erproben verschiedener Entspannungstechniken</i> - Erstellen einer Mindmap zur Systematisierung unterschiedlicher Formen der Entspannung (Gegenüberstellung „naiver“ Entspannungstechniken und Entspannungsmethoden) <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Belastungsintensität, Belastungsdichte, Belastungsdauer - Erarbeitung von Ruhepositionen (Sitz, Liegen, Kutschersitz) - Entspannungstagebuch 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fitnessorientiertes Zirkeltraining <p>unterschiedliche Formen/Methoden der Entspannung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fantasiereise - Progressive Muskelrelaxation - Autogenes Training <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kraft - Ausdauer - Biofeedback (Atmung, Herzfrequenz, etc.) - Transfer in den Alltag und zu Situationen in der Schule (Prüfungsangst, sportlicher Wettbewerb, etc.) 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft - Schülerverhalten - Konzentrationsfähigkeit - Reflexionsfähigkeit <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Sich-einlassen-können

Jahrgangsstufe: 6.1	Päd. Perspektive: D, A	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.2	Vernetzen mit UV: BF 3.3
15. Thema des UV: <i>Laufen über Stock und Stein</i> – Ausdauerschulung im Gelände				
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik		Inhaltsfelder: d – Leistung a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen		
Inhaltlicher Kern: - grundlegendes leichtathletisches Bewegen - traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe		Inhaltliche Schwerpunkte: - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] - Wahrnehmung und Körpererfahrung [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] einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen [6 BWK 3.3] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] MK <ul style="list-style-type: none"> einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1] UK <ul style="list-style-type: none"> ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - individuelle anaerobe/ aerobe Belastung wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen - Anpassung der Laufgeschwindigkeit an die individuelle Leistungsfähigkeit - Merkmale körperlicher Reaktionen bei ausdauerndem Laufen benennen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Anforderungen beim Laufen: Tempo, Zeit und Rhythmusgefühl - Bewegungsmerkmale beim schnellen und ausdauernden Laufen - Körperreaktionen bei schnellem/ ausdauerndem Laufen - unterschiedliche Formen des Laufens 	<ul style="list-style-type: none"> - Differenzierung des Unterrichts: auf der Suche nach eigenen Zielen - Beobachtungsbogen zu körperlichen Merkmalen beim ausdauernden Laufen - Lernaufgabe: Erproben verschiedener Laufformen und entwickeln von Laufübungen im Hinblick auf allgemeines und funktionales Aufwärmen <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rundenläufe - Staffelläufe - Zeitläufe - Laufen auf unterschiedlichen Untergründen - Laufen über Hindernisse - <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ruhepuls – Belastungspuls - Ausdauer - Grundlagen der Sportbiologie und Trainingslehre 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft - Durchhaltevermögen - Wahrnehmen der individuellen Leistungsfähigkeit - Merkmale körperlicher Reaktionen bei ausdauerndem Laufen benennen <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - bis zu 20 Minuten Laufen ohne Pause <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Zeit - Pulsfrequenz

Jahrgangsstufe: 6.1	Päd. Perspektive: E, F	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 2.4	Vernetzen mit UV: BF 2.1
16. Thema des UV: Wir erarbeiten uns spielerisch eine Spielesammlung – Spielideen unterschiedlicher Basisspiele und kleiner Spiele kennen, aktiv umsetzen und begreifen sowie Regeln vereinbaren, einhalten und verändern				
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz f – Gesundheit		
Inhaltlicher Kern: - kooperative Spiele - Kleine Spiele und Pausenspiele		Inhaltliche Schwerpunkte: - Gestaltungs von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1] - Interaktion im Sport [e2] - Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]		
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] • unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen [6 BWK 2.4] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> - Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] - sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] - grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1] MK <ul style="list-style-type: none"> - selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] - in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] UK <ul style="list-style-type: none"> - sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Anforderungen im Spielprozess - Phasierung der Spielentwicklung und -erprobung - unterschiedliche Funktionen von Regeln - ein Spiel unter Einbezug aller Beteiligten gemeinsam gestalten und umsetzen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Spielfähigkeit - Spezielle Spielfähigkeit - Kooperations- und Konkurrenzsituationen - Spielentwicklung und -erprobung 	<ul style="list-style-type: none"> - Lernaufgabe: Entwickeln geeigneter Spielregeln zur Erprobung und Weiterentwicklung vorgegebener Spielideen im Hinblick auf allgemeine Spielfähigkeit - Spiele richtig organisieren und durchführen unter Beachtung grundlegender Sicherheitsvorgaben im SU <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entwickeln, Erproben, gemeinsam reflektieren - Spielbeobachtung und Regelbeobachtung für den spielgestalterischen Prozess nutzbar machen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Formen Kleiner Spiele – Burgball, Turmball, Mattenball, Kastenball, Völkerball etc. <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kleine Spiele - Wurfspiele 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regelideen und -abänderungen in angemessener Form in die Spielbesprechungen einbringen und im Spiel umsetzen bzw. einhalten - Spiel- und Regelbeobachtungen durchführen und Ergebnisse mitteilen und Rückmeldungen in das eigene Spiel integrieren <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Gelingen der Ausformung der Spielidee zu einem eigenen Spiel (Arbeits- und Sozialverhalten, Fairness, Teamfähigkeit) <p>Punktuell: Präsentation des Spielideen und des entwickelten Spiels</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielregeln, Spielbeteiligung - Spaß für alle? - Umsetzbarkeit der Ausarbeitungen

Jahrgangsstufe: 6.1	Päd. Perspektive: A, C, E	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 9.1	Vernetzen mit UV: -
17. Thema des UV: <i>Wir kämpfen sportlich fair!</i> - Normungebundene Zweikampfformen unter Einhaltung der Regeln erproben, erarbeiten und reflektieren				
BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen		
Inhaltlicher Kern: - Kämpfen um Raum und Gegenstände - Kämpfen mit- und gegeneinander		Inhaltliche Schwerpunkte: - Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] - 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"> unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] MK <ul style="list-style-type: none"> in sportlichen Handlungs- und Spielsituationen grundlegende bewegungsspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e1] UK <ul style="list-style-type: none"> einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a] sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - voraus – Körperkontakt anbahnen, Kooperationsbereitschaft und Vertrauen entwickeln - Festlegung von Sicherheitskriterien (Regeln) - Kräfte messen: schieben, ziehen, widerstehen, ausweichen – das Spiel mit der Kraft - Kämpfen am Boden - Kämpfen im Stand <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sicherheitskriterien/Regeln - Bodenkampf <p><u>Literaturhinweis</u> für die Umsetzung einer detaillierten didaktischen und methodischen Unterrichts-planung: https://www.sichere-schule.de/media/upload/kaempfen-im-sportunterricht.pdf</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Rituale (z. B. Verbeugung) bieten den SuS am Anfang und Ende der Stunde und vor und nach den „Kampfsituationen“ einen wichtigen Orientierungsrahmen und betonen den gegenseitigen Respekt - Regeln werden gemeinsam erarbeitet und festgehalten - Überprüfung und Einhaltung der Regeln durch SuS in Schiedsrichterrolle - Kämpfen am Boden: um Gegenstände; um den Raum und Körperpositionen; Kämpfen um/gegen die Rückenlage – Bodenkampf - Kämpfen im Stand: um Gegenstände, um den Raum, partnerschaftliches Werfen und Fallen <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sicherheitskriterien/Regeln - Ritualisierung - Bodenkampf - Körperlage 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Überprüfung und Reflexion der vereinbarten Regeln - Einhaltung der Fairness <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Verschiedene Techniken und Taktiken beim Kampf um den Raum, um Gegenstände oder um die Körperlage am Boden <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sicherheitskriterien/Regeln - Ritualisierung - Bodenkampf - Körperlage 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten - in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen - Gefahrenmomente und Herausforderungen benennen und beschreiben - sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten <p><i>Beobachungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Einhaltung der Regeln - Fairness - Kooperationsbereitschaft <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Wie kann ich den „Gegner“ nach hinten treiben? - Wie kann ich einen Gegenstand, z. B. Ball, erobern oder verteidigen? - Möglichkeiten den „Gegner“ in die Rücken- oder Bauchlage im Bodenkampf zu bringen

Jahrgangsstufe: 6.1	Päd. Perspektive: C, E	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 5.2	Vernetzen mit UV: BF 5.1
18. Thema des UV: <i>Locker-flockig drüber!</i> – Effektive Hindernisüberwindung als Einstieg in die Sportart <i>Le Parkour</i>				
BF/SB 5: Bewegen an Geräten - Turnen		Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung e – Kooperation und Konkurrenz		
Inhaltlicher Kern: - normungebundenes Turnen an Geräten oder Gerätekombinationen		Inhaltliche Schwerpunkte: - Handlungssteuerung [c] - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1] - Interaktion im Sport [e2]		
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, Barren, Kasten u.a.) demonstrieren [6 BWK 5.1] grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [6 BWK 5.3] 		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] sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1] selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] UK <ul style="list-style-type: none"> einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Springen auf und über Hindernisse - Sicheres Landen - Auf- und Abbau Geräteparcours - Sicherheitsaspekte (Helfen und Sichern anderer, Eigenverantwortung) - Erstellen eigenen Parcours - Balancieren und Gleichgewicht <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einfache Sprünge <i>auf</i> und <i>über</i> Hindernisse - Landungen (Präzisionslandung, Vierpunktlandung, Rolle) - Phasierungen einzelner Bewegungselemente (z.B. Absprung-Flugphase-Landung) 	<ul style="list-style-type: none"> - „Kooperation im Individualsport“: Gemeinsames Erarbeiten eines Parcours - Hilfestellungen in der Landungssicherungen - Stationenbetrieb zu einzelnen Sprüngen <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren - Ab- und Einschätzen von (persönlichen) Risikofaktoren - Nutzen von Geräte- und Partnerhilfen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Absprung - beidbeinige Landungen - Gleichgewichtsschulung - Hindernisüberwindung: <ul style="list-style-type: none"> o <i>auf</i> Hindernisse (z.B. Crane) o <i>über</i> Hindernisse (z.B. Step Vault oder Wall Run) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Horizontal- und Vertikalkräfte - Körperschwerpunkt - Rotation um verschiedene Körperachsen - Antizipation (v.a. bei Absprungpunkt und Landung) 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auf- und Abbau - Bewältigung einzelner Elemente <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Leistungsbereitschaft in Abhängigkeit der persönlichen Voraussetzungen - Kreativität - Risikobewusstsein <p>Punktuell: Individueller Abschlussrun</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Schwierigkeit einzelner Elemente - Kreativität des gesamten Laufes

Jahrgangsstufe: 6.2	Päd. Perspektive: E	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.2	Vernetzen mit UV: BF 7.5
19. Thema des UV: Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen! – Einfache Aufgaben in Partnerspielen taktisch sicher und regelgerecht bewältigen				
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Badminton)			Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltlicher Kern: - Partnerspiele (Badminton , Tennis oder Tischtennis)			Inhaltliche Schwerpunkte: - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten - Interaktion im Sport	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2] in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [6 BWK 7.3] 			Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] UK <ul style="list-style-type: none"> sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ball- und Schlägergewöhnung - Schlägerhaltung - Bewegungsmerkmale beim Aufschlag, Vorhand-UH, Vorhand-ÜK - Variation mit- und gegeneinander Spielen - Grundlegende Regeln des Badmintonspiels <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vorhand (Clear) - Aufschlag - Regeln und Spielfeld 	<ul style="list-style-type: none"> - Ball- und Schlägergewöhnung, erproben verschiedener Schlägerhaltungen - Erlernen grundlegender Schlagtechniken (Vorhand-UH, Vorhand-ÜK) - Kennenlernen der verschiedenen Varianten des miteinander und gegeneinander Spielens, u.a.: <ul style="list-style-type: none"> o Einzel o Doppel o Rundlauf - Sicherer und verantwortungsvoller Umgang mit dem Material <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren - Vom Einfachen zum Schweren - Raumnutzung im Feld 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben von VH- und RH-Aufschlag - Vorhandschläge (Clear) - Übungsformen des Mit- und Gegeneinanderspiels (z.B. Einzel, Doppel, Zieltraining) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Clear - Drop - Schmetterschlag 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Übungsformen zu den badmintonspezifischen Fertigkeiten demonstrieren und beschreiben - Angemessenes Anwenden der Fertigkeiten in Spielsituationen - Kontinuierliche und konzentrierte Mitarbeit - Verlässlichkeit beim Auf- und Abbau des Materials <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausführungsqualität - Konstante und erfolgreiche Ausführung der geforderten Bewegung - Individuelle Lernerfolge <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation von Aufschlag und Vorhandschlag - Miteinanderspielen <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsqualität - Konstante und sichere Ausführung der Schlagvarianten

Jahgangsstufe: 6.2	Päd. Perspektive: B, E	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 6.2	Vernetzen mit UV: BF 4.2
20. Thema des UV: <i>Jumping all over the world</i> – Erarbeiten, präsentieren und bewerten von Choreographien in einer Gruppe am Beispiel von Jumpstyle				
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungsküste		Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung e – Kooperation und Konkurrenz		
Inhaltlicher Kern: - Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung		Inhaltliche Schwerpunkte: - Variation von Bewegung [b] - Präsentation von Bewegungsgestaltung [b] - Interaktion im Sport [e]		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren [6 BWK 6.2] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1] einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2] MK <ul style="list-style-type: none"> Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1] einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2] - UK <ul style="list-style-type: none"> kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundschrift, Drehungen und Duo-Schritt des Jump Style erlernen - sich zur Musik rhythmisch bewegen - Bewegungen koordinieren - Einfache Bewegungs- und Gestaltungsaufgaben in Kleingruppen lösen, variieren, neu erfinden und präsentieren - Präsentationen der Mitschüler nach festgelegten Kriterien bewerten <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Variationen von Bewegungen - Bewegungen im Raum und auf der Stelle - Rhythmusschulung, Bewegungskoordination - Gestaltungskriterien 	<ul style="list-style-type: none"> - Entwicklung und Erprobung verschiedener Bewegungsformen und Techniken - Verbesserung der Koordination und des Rhythmus - Erprobung unterschiedlicher Bewegungsvariationen, Entwicklung von Bewertungskriterien und Präsentation der Ergebnisse - Verbesserung der Kondition <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren - Präsentieren - Bewerten 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendung der Grundschrift des Jump Style und Erproben von Variationen - Drehungen (ganze/halbe) - Gestaltung vorgegebener und selbstentwickelter Aufgaben in Partner- und Gruppenarbeit <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kooperation - Kreativität - Gestaltungskriterien <ul style="list-style-type: none"> o Raum o Zeit o Dynamik/Rhythmik - Anwendung von Kriterien und Grundschriften auf gestellte Aufgabe 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kreativität - Motivation - Kooperatives Verhalten <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendung der erlernten Schritte - Selbstständige Entwicklung von Lösungswegen bei Bewältigung kreativer Aufgaben - Kreative Umsetzung Aufgaben - Einhaltung von vorgegebenen Kriterien und selbständig Umsetzung <p>Punktuell:</p> <p>Gruppenpräsentation der gestellten Aufgabe</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Einhaltung der Kriterien wie z.B. <ul style="list-style-type: none"> o Technik o Kreativität o synchrone Ausführung o Rhythmik

Jahrgangsstufe: 6.2	Päd. Perspektive: E, F	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 2.5	Vernetzen mit UV: BF 2.6
21. Thema des UV: <i>Wie fühlt sich das an?</i> – Eigene und Gefühle anderer im Mit- und Gegeneinander (Unterrichtsfach Soziales Lernen)				
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz f – Gesundheit		
Inhaltlicher Kern: - kooperative Spiele - kleine Spiele und Pausenspiele		Inhaltliche Schwerpunkte: - Interaktion im Sport [e] - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen [6 BWK 2.3] • unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen [6 BWK 2.4] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> - Merkmale für ein faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] - sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> - verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1] - in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] 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"> - Regeln und Regelverständnis - Emotionen und Aggression - Freude und Überraschung - Umgang mit Rückschlägen und Niederlagen - Akzeptieren von „Fremdentscheidungen“ (z.B. Schiedsrichter) - Ängste wahrnehmen und benennen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Frustration und Frustrationstoleranz - Individuelle Wahrnehmung - Selbstkontrolle und -sicherheit - Impulsreaktionen - Fairnessbegriff 	<ul style="list-style-type: none"> - Freiräume für Gefühle zulassen (Vernunft vs. Gefühl) - Wertfreie Benennung von Gefühlen (kein „positives“ oder „negatives“ G.) <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - erlernte Verhaltensmuster überdenken - die eigene Einstellung als Zugang zu Gefühlen - Zulassen von Gefühlen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entspannungsübungen (z.B. Progressive Muskelrelaxation, Traumreisen o.ä.) - Reflexionsrunden im Anschluss an kleine Spiele - Gefühle (nach Praxisphasen) benennen und analysieren - Rollenspiele (z.B. zum Thema Fairness) - Schiedsrichterfunktion und -entscheidungen (Fremd- und Eigenwahrnehmung) - Gemeinsames Erarbeiten von <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regeln zum Umgang mit Gefühlen - „Die Kraft des Vorstellens“ 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kognitive Anteile (Gesprächsrunden, mündl. Beiträge) <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Umsetzung von (neu erarbeiteten) Regeln - Schiedsrichterfunktionen - Fairness in Spielsituationen - Fähigkeiten zum Perspektivwechsel <p>Punktuell:</p> <p>ggf. Impulsreferate</p>

Jahrgangsstufe: 6.2	Päd. Perspektive: E, D	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 3.3	Vernetzen mit UV: BF 3.2
22. Thema des UV: <i>Wir laufen bis nach Istanbul</i> – Kooperatives Ausdauertraining mit einem Klassenziel				
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik		Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz d – Leistung		
Inhaltlicher Kern: - traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe		Inhaltliche Schwerpunkte: - Interaktion im Sport [e] - Leistungsverständnis im Sport [d]		
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] einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen [6 BWK 3.3] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] MK <ul style="list-style-type: none"> in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] UK <ul style="list-style-type: none"> sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anforderungen beim ausdauernden Laufen vs. Gehen - Einführung der Phasierung von Laufbewegungen - Bewegungsmerkmale beim ausdauernden Laufen (Wdh. und Vertiefung) - Einführung der Armführung und Atemtechniken. - <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsphasen: Abrollen und Abdruck - Einstiegssphase; kontinuierliches Laufen - Bewegungsmerkmale innerhalb der Phasen - aerobe Ausdauer 	<p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <p>Erproben und Experimentieren:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pulskontrolle (Zählmethode) - Ruhepuls, Belastungspuls, Erholungspuls - Selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) - Erstellen einer Übersicht zur Systematisierung des Lauftrainings <p>Fachbegriffe Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlegende Begriffe zum Laufen und zur Belastungseinschätzung und Erholung 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Laufen im Rahmen leichtathletischer Disziplinen - Laufübungen im Unterricht - Laufstrecken allein oder in kleinen Gruppen bewältigen und im Klassenverband kumulieren. (Städtelauf: Düren-Istanbul) <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pulsuhr - APP - Tabelle <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aus Lauf ABC - Einlaufphase, Belastungsphase, Erholungsphase 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kognitive Anteile (Gesprächsrunden, mündl. Beiträge) - Laufdokumentation <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Umsetzung Lauftechnik - Anstrengungsbereitschaft - Pulswerte - Fähigkeiten zum Einbringen einer Einzelleistung als Teambeitrag <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausdauercheck, evtl. Cooper Test <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Klassenziel erreicht? (2.510 km bei 30 SuS ca. 20 Läufe á 4km)

Jahrgangsstufe: 6.2	Päd. Perspektive: E, F	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 2.6	Vernetzen mit UV: BF 2.5
23. Thema des UV: <i>Einer für alle und alle für einen</i> – Teambildung und Gemeinschaftsgefühl (Unterrichtsfach Soziales Lernen)				
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz f – Gesundheit		
Inhaltlicher Kern: - kooperative Spiele - kleine Spiele und Pausenspiele		Inhaltliche Schwerpunkte: - Interaktion im Sport [e] - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen [6 BWK 2.3] • unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen [6 BWK 2.4] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> - Merkmale für ein faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] - sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> - verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1] - in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] 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"> - Wahlverfahren im SU zur Mannschaftsbildung - Team – Was heißt das? Wie entsteht ein Team? - Einzelne Rollen und Rollenverständnis innerhalb des Teams - Gemeinsam gegeneinander-spielen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - (Leistungs-)Heterogene und homogene Teams - Schwächen und Stärken - Extrinsische und intrinsische Motivation (Teambildung, Spiel) - Vertrauen in sich und die Mitspielenden 	<ul style="list-style-type: none"> - Schülergeleitete Verfahren zur fairen Teambildung - Prozess- statt Produktorientierung - (gemeinsame) Entwicklung von Problemlösungen <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren in unterschiedlichen Gruppenkonstellationen - Intrinsische Motivation für das Zusammenspiel - Kommunikation als Schlüssel für gemeinsamen Erfolg - Gegenseitige Motivation - Peripheres Sehen im Zusammenspiel (Auge für den Mitspielenden) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aufstellen von Regeln - Vertrauensspiele - Kooperations- und Partnerspiele (Zweier- bis Vierergruppen) - Kleine Spiele - ausgewählte Mannschaftsspiele <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reduktion des (reinen) Wettkampfgedankens - Berücksichtigung von Verhaltensregeln - Fairness im Umgang mit anderen 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Umgang mit stärkeren und schwächeren Mitspielenden - Einhaltung von Regeln - Umgang mit Misserfolg <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft - Bereitschaft, sich auf neue Mitspielende einzulassen - Kooperationsbereitschaft in verschiedenen Spielformen <p>Punktuell: -</p>

Nummerierung	Unterrichtsvorhaben in Klasse 7	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 24	Ich kann im Team mit- und gegeneinander spielen! – einfache Aufgaben in Mannschaftsspielen taktisch sicher und regelgeleitet bewältigen	7.3	10
UV 25	Das kann ich schon! - <i>Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen</i>	4.5	10
UV 26	Ich will besser werden! – In einer Wechselzugtechnik (Kraul) mit Start und Wende sicher schwimmen können	4.6	12
UV 27	Ganz schön aus der Puste?! – Mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd schwimmen können	4.7	12
UV 28	Wasserspringen und Tauchen ohne Angst und Übermut! – Durch vielfältige Sprünge und verantwortungsbewusstes Tauchen seine Grenzen ausloten	4.8	10
UV 29	Ich übernehme Verantwortung für die Gruppe – Entwicklung von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen zur Verletzungsprophylaxe und als Grundlage des gesunden Sporttreibens	1.4	10
UV 30	Nur Fliegen ist schöner – Einführung in das Synchronspringen mit dem Minitrampolin	5.3	18
UV 31	Gleiten mit Rollen – Kennenlernen und Erfahren verschiedener Roll- und Gleitgeräte in der Turnhalle, auf dem Schulhof, auf der Wasserskianlage, in der Skihalle	8.1	12
UV 32	Da ist mehr drin! - Wir verbessern unsere leichtathletischen Fertigkeiten im Laufen (Sprint und Ausdauer) und Springen	3.4	15
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			120 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			109 UE
Freiraum:			11 UE

Jahrgangsstufe: 7.1	Päd. Perspektive: E	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 7.3	Vernetzen mit UV: BF 7.4
24. Thema des UV: <i>Ich kann im Team mit- und gegeneinander spielen!</i> – einfache Aufgaben in Mannschaftsspielen taktisch sicher und regelgeleitet bewältigen				
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Basketball)			Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltlicher Kern: - Mannschaftsspiele (Basketball , Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)			Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten • Interaktion im Sport	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • 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 - Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern; [10 BWK 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 UK e1] - einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden; [10 UK e1] - in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. [10 UK 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]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Varianten des Zusammenspiels in Kleingruppen - Verschiedene Varianten des Korbwurfes erproben - Bewegungsmerkmale beim Korbwurf erarbeiten und erkennen - Technische Fähigkeiten des Zusammenspiels (Dribbling und Passen) Fachbegriffe <ul style="list-style-type: none"> - Dribbeln, Doppeldribbling - Druckpass (z.B. Bodenpass) - Positionswurf 	<ul style="list-style-type: none"> - Erproben und experimentieren: verschiedene Würfe auf den Basketballkorb - Ballgewöhnung - Dribbeln mit verschiedenen Anforderungsstufen (Tempo, Hindernisse, ...) - Üben des Zusammenspiels in Kleingruppen und benennen der Kriterien eines guten Zusammenspiels (verbale und nonverbale Kommunikation) - Übernahme einfacher Schiedsrichteraufgaben (Punkte zählen, Zeit nehmen) Fachbegriffe <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren - Teamfähigkeit 	Reflektierte Praxis: Gegenstände <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Formen des Korbwurfes aus unterschiedlichen Entfernungen - Werfen und passen im Rahmen des Sportspiels Basketball - 10er-Passen (bzw. Parteiball) Fachbegriffe <ul style="list-style-type: none"> - Positionswurf/Korbleger - Mann-Mann-Verteidigung, Sternschritt 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> - Übungsformen zu den basketballspezifischen Fertigkeiten demonstrieren und beschreiben - Angemessenes Anwenden der Fertigkeiten in Spielsituationen - kontinuierliche und konzentrierte Mitarbeit - Teamfähigkeit/Zusammenspiel <i>Beobachtungskriterien:</i> <ul style="list-style-type: none"> - Ausführungsqualität, Vielfalt der angewendeten Bewegungsformen - Individuelle Lernerfolge punktuell: <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation von Korbwurf, (beidhändiger Wurf), Dribbling, Passen und Fangen <i>Beobachtungskriterium:</i> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsqualität - Zielgenauigkeit

Jahgangsstufe: 7.1	Päd. Perspektive: A, E	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 4.5	Vernetzen mit UV: BF 4.4
25. Thema des UV: Das kann ich schon! - Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen				
BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen			Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c – Wagnis und Verantwortung	
Inhaltlicher Kern: - Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser			Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlicher Bewegung [a2] • Handlungssteuerung [c3] 	
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 4.2] 			Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> - die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben. [10 SK a1] - für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [10 SK a2] MK <ul style="list-style-type: none"> - unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [10 MK a3] - Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gleiten über und unter Wasser - Rotationen im Wasser - ins Wasser springen - Fortbewegungsmöglichkeiten im Wasser erproben - Organisationsregeln lernen und befolgen (s. Anhang) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auftrieb, Vortrieb - Wasserwiderstand - Kopfsteuerung - Schwimmregeln (s. Anhang) - Unterschied Taucherbrille/Schwimmbrille 	<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren mit unterschiedlichen Bewegungsformen im Wasser - Lehrervorgabe: Organisationsregeln <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren (Schüler-/Lehrerinfo) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gleiten über und unter Wasser - Rotationen im Wasser - ins Wasser springen - Fortbewegungsmöglichkeiten im Wasser erproben - Organisationsregeln lernen und befolgen (s. Anhang) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auftrieb, Vortrieb - Wasserwiderstand - Kopfsteuerung - Schwimmregeln (s. Anhang) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lehrerbeobachtung: Einhalten der Regeln <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Regeleinhaltung <p>punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterium:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Gleiten - Kenntnis der Baderegeln und Organisationsregeln

Jahrgangsstufe: 7.1	Päd. Perspektive: A, D	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 4.6	Vernetzen mit UV: BF 4.2
26. Thema des UV: <i>Ich will besser werden!</i> – In einer Wechselzugtechnik (Kraul) mit Start und Wende sicher schwimmen können				
BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d - Leistung		
Inhaltlicher Kern: - Schwimmarten einschließlich Start und Wende		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1] 		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher ausführen [10 BWK 4.1] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben. [10 SK a1] für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [10 SK a2] MK <ul style="list-style-type: none"> unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a2] UK <ul style="list-style-type: none"> Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grobform der Grundschwimmarten Kraul (Wechselzug) - Elemente des Wettkampfschwimmens: Startsprung und Wende - Atemtechniken - Wettkampfregele <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technische Begriffe der Grundschwimmarten (Beinschlag, Armzug, Koordination) - Auftrieb, Vortrieb - Gleiten - Begriffe der Atemtechnik: Wechselrhythmus 	<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Partnerkontrolle - Spielerische Übungsformen - Einsatz von Schwimmhilfsmitteln (Pull-Boy, Schwimmbrett, Poolnoodle etc.) - Techniktafeln <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Partnerkontrolle 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grobform der Grundschwimmarten Kraul (Wechselzug) und/ oder Rücken (Wechselzug) - Elemente des Wettkampfschwimmens: Startsprung und Wende - Atemtechniken <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technische Begriffe der Grundschwimmarten (Beinschlag, Armzug, Koordination) - Auftrieb, Vortrieb - Gleiten - Begriffe der Atemtechnik: Wechselrhythmus 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lehrerbeobachtung <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Engagement bei Partnerkontrolle - Engagement bei Übungsausführung - Einhaltung der Regeln <p>punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterium:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration Brusttechnik - Demonstration Startsprung - Demonstration Wende ggf. 25 m Kraul UND 50 m Brust (Zeitvorgabe hierbei 70 Sekunden) UND 50 m Rückenschwimmen mit Grätschschwung ohne Armtätigkeit oder 50 m Rückenkraulschwimmen (entspricht Jugendschwimmabzeichen Gold)

Jahrgangsstufe: 7.1	Päd. Perspektive: F, D	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 4.7	Vernetzen mit UV: BF 4.5
27. Thema des UV: <i>Ganz schön aus der Puste?! – Mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd schwimmen können</i>				
BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen			Inhaltsfelder: f – Gesundheit d – Leistung	
Inhaltlicher Kern: - sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen			Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f2] • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher ausführen [10 BWK 4.1] • Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- oder Fremddrettung sachgerecht nutzen [10 BWK 4.2] 			Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> - Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben. [10 SK f1] - Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern. [10 SK f1] UK <ul style="list-style-type: none"> • gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen. [10 UK f1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schwimmen einer längeren Strecke zur Verbesserung der Ausdauerfähigkeit - Das eigene Anstrengungsniveau einschätzen und beurteilen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Borg-Skala (bzw. Vergleichbares) - Ausdauer: aerob, anaerob - Herz-Kreislaufbelastung - Pulsfrequenz 	<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Abwechslungsreiche Belastungsformen - Selbsteinschätzungstests - Intervall-Training, Schwimmen auf Zeit - Staffeln - Distanz schätzen lassen (Ziel) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Borg-Skala (bzw. Vergleichbares) - Intervall-Training 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Inhalte</p> <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schwimmen einer längeren Strecke zur Verbesserung der Ausdauerfähigkeit - Das eigene Anstrengungsniveau einschätzen und beurteilen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Borg-Skala (bzw. Vergleichbares) - Ausdauer: aerob, anaerob - Herz-Kreislaufbelastung - Pulsfrequenz 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lehrerbeobachtung: <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Einhalten der Regeln - Engagement bei Übungsausführung <p>punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterium:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Überprüfung der Schwimmdistanz - ggf. Sprung vom Beckenrand und 25 m Schwimmen (Seepferdchen) - ggf. Sprung vom Beckenrand und 200 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten (Bronze) - ggf. Startsprung und 400 m Schwimmen in höchstens 25 Minuten, davon 300 m in Bauch- und 100m in Rückenlage (Silber) - ggf. 600 m Schwimmen in höchstens 24 Minuten (Gold) <p>ggf. Kenntnis von Trainingsmethoden</p>

Jahrgangsstufe: 7.1	Päd. Perspektive: C, D	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 4.8	Vernetzen mit UV: BF 4.4
28. Thema des UV: Wasserspringen und Tauchen ohne Angst und Übermut! – Durch vielfältige Sprünge und verantwortungsbewusstes Tauchen seine Grenzen ausloten				
BF/SB 4: Bewegen im Wasser - Schwimmen		Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung d – Leistung		
Inhaltlicher Kern: - Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Handlungssteuerung [c1] • Motive sportlichen Handelns (z.B. Freude, Risiko, Angst) [c2] • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1] 		
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 4.2] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> - unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern; [10 SK c1] - die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern; [10 SK c3] - ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern. [10 SK d2] MK <ul style="list-style-type: none"> - 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 Gefahren-momente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden; [10 UK c1] - 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"> - Sprünge: Kopf- und Fußsprünge vom Block, 1- und 3-Meter-Brett - Tauchen: Tief und weit - Vielseitigkeitstauchen - Erlernen von Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen - Grundlegende Techniken des Rettungsschwimmens <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tauchregeln: Druckausgleich, Schwimmbadblackout, Hyperventilation, Trommelfellbeschädigungen, Unterdrucktrauma der Augen - Angstüberwindung... - Theorie der Selbst- und Fremdrettung 	<ul style="list-style-type: none"> - Partnerarbeit (Verantwortung) - Tauchparkour oder Tauchstationen - Elementbörge „Angst“ (<i>Was traut ihr euch zu schaffen?</i>) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sprünge: Kopf- und Fußsprünge vom Block, 1- und 3-Meter-Brett - Tauchen: Tief und weit - Vielseitigkeitstauchen - Erlernen von Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen - Grundlegende Techniken des Rettungsschwimmens <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wasserspannung - Tauchregeln: Druckausgleich, Schwimmbadblackout, Hyperventilation, Trommelfellbeschädigungen, Unterdrucktrauma der Augen - Angstüberwindung... - Theorie der Selbst- und Fremdrettung 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lehrerbeobachtung <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Engagement bei der Übungsausführung <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tauchregeln - Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen (Selbst- und Fremdrettung) - ggf. Heraufholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schultertiefem Wasser (Seepferdchen) - ggf. einmal ca. 2m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes und Paketsprung vom Startblock oder 1-m-Brett (Bronze) - ggf. zweimal ca. 2m tieftauchen von der Wasseroberfläche aus mit Heraufholen jeweils eines Gegenstandes und 10m Streckentauchen und Sprung aus 3m Höhe oder zwei verschiedene Sprünge aus 1m (Silber) - ggf. 10m Streckentauchen aus der Schwimmlage und Tieftauchen von der Wasseroberfläche und dreimal Tieftauchen (ca. 2m) von der Wasseroberfläche mit Heraufholen je eines Gegenstandes (Zeit max. 3 Minuten) und ein Sprung aus 3m Höhe oder zwei verschiedene Sprünge aus 1m Höhe und 50m Transportschwimmen (Gold)¹

¹ Anforderungen für alle Abzeichen entnommen von <https://www.dlrg.de/informieren/ausbildung/schwimmbadabzeichen/> (Stand 02.04.2020)

Jahrgangsstufe: 7.2	Päd. Perspektive: F	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 1.4	Vernetzen mit UV: alle BF
29. Thema des UV: <i>Ich übernehme Verantwortung für die Gruppe</i> – Entwicklung von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen zur Verletzungsprophylaxe und als Grundlage des gesunden Sporttreibens				
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen		Inhaltsfelder: f – Gesundheit		
Inhaltlicher Kern: - Allgemeines und spezielles Aufwärmen		Inhaltliche Schwerpunkte: • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f1] • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f2]		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch aufwärmen [10 BWK 1.1]		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f1] MK • Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren. [10 MK f1]		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entwicklung eines Aufwärmprogramms - Allgemeines und sportartspezifisches Aufwärmen - Phasen des Aufwärmens - Bewegter Stundenaufakt für alle - Herz-Kreislauf-Erwärmung - Dehnung, Mobilisation, Aktivierung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeines/sportartspezifisches Aufwärmen - Funktionsgymnastik - Grundlagen der Anatomie - Gesundheitsbegriff und Gesundheitsverständnis - Unterscheidung Dehnung, Mobilisation und Aktivierung 	<ul style="list-style-type: none"> - Lernaufgabe: Entwickeln von Aufwärmübungen in Hinblick auf allgemeines und sportartspezifisches Aufwärmen - Erstellen eines Übungsrepertoires zur Vorbereitung eigenverantwortlicher Aufwärmphasen für die Lerngruppe (dabei: Systematisierung unterschiedlicher Formen der Erwärmung) <p>Fachbegriffe & Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entwickeln und Erproben (Schüler-/Lehrerinfo) - Schülerportfolio (Sammlung von Aufwärmübungen) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entwickeln eines Aufwärmprogramms - Allgemeines und sportartspezifisches Aufwärmen - Phasen des Aufwärmens - Bewegter Stundenaufakt für Alle - Herz-Kreislauf-Erwärmung - Dehnung, Mobilisation und Aktivierung <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lauf-ABC - Sprung-ABC - Funktionsgymnastik - Kleine Spiele - Sportartspezifisches Aufwärmen 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lehrerbeobachtung <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft, Willensstärke und Motivation <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Gestaltung und Vorbereitung eines Aufwärmprogramms im Laufe des Schuljahres - Gestaltung des Ablaufplans (Handout) für das Aufwärmprogramm des Schülers (inkl. Begründung)

Jahgangsstufe: 7.2	Päd. Perspektive: A, B, C	Dauer des UVs: 18	Nummer des UVs im BF/SB: 5.3	Vernetzen mit UV: BF 3.4
30. Thema des UV: Nur Fliegen ist schöner – Einführung in das Synchronspringen mit dem Minitrampolin				
BF/SB 5: Bewegen an Geräten - Turnen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungswahrnehmung b – Bewegungsgestaltung c – Wagnis und Verantwortung		
Inhaltlicher Kern: - normgebundenes Turnen an Geräten		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2] • Variation von Bewegung [b1] • Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b2] • Handlungssteuerung [c1] 		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngerätes demonstrieren [10 BWK 5.1] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> - für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [10 SK a2] - ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen. [10 SK b1] 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] - 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] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Differenzieren über Schwierigkeiten der Sprünge und Auswahl der Partner - Synchronspringen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Minitrampolin - Synchronspringen 	<ul style="list-style-type: none"> - Angeleitete Organisation von Auf- und Abbau der Gerätestationen unter Berücksichtigung des Sicherheitsaspektes - Grundlegend deduktives Vorgehen beim Erlernen der Einzelsprünge - Eigenständige Entwicklung der Synchronsprünge und ihren Kriterien durch die SuS (Spannung, Gleichzeitigkeit im Anlauf, Absprung, Dynamik und Landung) <p>Fachbegriffe –</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben, Entwickeln und Anwenden (Schüler-/Lehrerinfo) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elemente am Minitrampolin (Streck-, Hock-, Grätschwinkel-, Bück-, Skater-, Strecksprung und halbe oder ganze Drehung; bei entsprechender Voraussetzung bei Lehrkraft und Schüler ggf. Salto vorwärts → Hilfestellung u.U. thematisieren) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Termini der Sprünge (s.o.) 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sorgfalt beim Auf- und Abbau - Umsetzung der vorgestellten bzw. entwickelten Elemente - Intensität der Übungsprozesse - Umsetzung der besonderen Sicherheitsbestimmungen <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Vielfalt und Schwierigkeit der geturnten Elemente - Gestalterische Elemente (Synchronität) - Ausführungsqualität <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Synchronkür <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsschwierigkeit der einzelnen Sprünge - Bewegungsqualität der einzelnen Sprünge - Kürgestaltung (Synchronität)

Jahgangsstufe: 7.2	Päd. Perspektive: C	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 8.1	Vernetzen mit UV: BF 8.1
31. Thema des UV: Gleiten mit Rollen – Kennenlernen und Erfahren verschiedener Roll- und Gleitgeräte in der Turnhalle, auf dem Schulhof, auf der Wasserskianlage, in der Skihalle				
BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Bootssport, Rollsport, Wintersport			Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung	
Inhaltlicher Kern: - Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee			Inhaltliche Schwerpunkte: • Handlungssteuerung • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich in komplexen Anforderungssituationen unter Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen [10 BWK 8.1] • gerätespezifische, technisch-koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetische, gestalterisch, spielerisch oder wettkampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren [10 BWK 8.2]			Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern; [10 SK c1] - die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern. [10 SK c3] MK • Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern. [10 MK c2] UK • komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden. [10 UK c1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Anforderungen beim Rollen und Gleiten - Regeln verschiedener Wintersportarten (situationsbedingt abgewandelt) - Sicherheitsmerkmale benennen und einhalten - Risiken abschätzen und abwägen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Phasierungen der einzelnen Disziplinen 	<ul style="list-style-type: none"> - Erproben und experimentieren verschiedener Roll- und Gleitformen - Erarbeitung und Einführung in die relevanten Sicherheitsaspekte - Durchführung eines Mannschaftswettkampfes <p>Fachbegriffe –</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auf die Turnhallensituation abgestimmte Varianten verschiedener nordischer Wintersportarten - Konditionelle und koordinative Fähigkeiten im Rahmen der erprobten Sportarten - Unterschiedliche Formen des Gleitens und Rollens mit Rollbrettern und Teppichfliesen - Mannschaftswettkampf <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biathlon, Skispringen, Eisschnelllauf - Rodeln, Bobfahren - Konditionelle und koordinative Fähigkeiten 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Übungsformen und Regeln der Disziplinen demonstrieren und beschreiben - Angemessenes Anwenden der Fertigkeiten in der Wettkampfsituation - Kontinuierliche und konzentrierte Mitarbeit - Teamfähigkeit - Verantwortungsbewusster Umgang mit sich und seinen Mitschülern <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausführungsqualität - Individuelle Lernerfolge <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Mannschaftsergebnis

Jahgangsstufe: 7.2	Päd. Perspektive: D	Dauer des UVs: 15	Nummer des UVs im BF/SB: 3.4	Vernetzen mit UV: BF 3.1
32. Thema des UV: <i>Da ist mehr drin!</i> - Wir verbessern unsere leichtathletischen Fertigkeiten im Laufen (Sprint und Ausdauer) und Springen				
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik			Inhaltsfelder: d – Leistung	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> - grundlegendes leichtathletisches Bewegen - leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) 			Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit • Leistungsverständnis im Sport 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeitenniveau 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 d1] - ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2] MK <ul style="list-style-type: none"> • 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"> - Unterschiedliche Anforderungen beim Laufen und Springen (Weitsprung) - Wdh. der Phasierung von Lauf- und Sprungbewegungen - Bewegungsmerkmale beim schnellen und ausdauernden Laufen (Wdh. und Vertiefung) - Einführung in Grundtechniken Kugelstoßen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsphasen: Start- und Beschleunigungsphase; Anlauf, Absprung, Flugphase; Landung - Bewegungsmerkmale innerhalb der Phasen - anaerobe – aerobe Ausdauer 	<p>Erproben und Experimentieren:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) - Erstellen einer Übersicht zur Systematisierung des Werfens und Stoßens <p>Fachbegriffe –</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlegende Begriffe zum Laufen, Springen, Stoßen - Startkommandos - Einführung 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Laufen und Werfen im Rahmen leichtathletischer Disziplinen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lauf-, Sprung-ABC - Bewegungsphasen beim Sprung/Stoßen 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Übungsformen zum Lauf- und Sprung-ABC demonstrieren und beschreiben - selbstständige Nutzung des Lauf- und Sprung-ABC zum Aufwärmen - Normative Leistungsbewertung in den einzelnen Disziplinen - Anstrengungsbereitschaft und Durchhaltevermögen <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mehrkampf nach Wahl: Lauf (Sprint – Langstrecke), Sprung (Hoch – Weit), Wurf oder Kugel

Nummerierung	Unterrichtsvorhaben in Klasse 8	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 33	Was macht die Unterschiede der Spiele aus? – Grundideen und Strukturen verschiedener Mannschaftsspiele analysieren, vergleichen und verändern	2.7	18
UV 34	Das habe ich noch nie gemacht – Vertiefung Hochsprung (Flop) oder Einführung in den Hürdenlauf als leichtathletische Disziplin	3.5	12
UV 35	Akrobatische Kunststücke – eine Partner- und Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren, und bewerten	5.4	15
UV 36	Erst gut aussehen, dann gut spielen! - Streetball	7.4	18
UV 37	Step dich fit! – Rhythmische Gestaltung in Verbindung mit Fitness durch Aerobic	6.3	12
UV 38	Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen! – Komplexe Aufgaben in Partnerspielen taktisch sicher und regelgerecht bewältigen	7.5	15
UV 39	Olympia wir kommen – Durchführung unterschiedlicher Gleitsportdisziplinen sowie nordischer Winterdisziplinen in der Turnhalle, auf dem Schulhof und in der Skihalle	8.2	10
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit: Stunden für die Unterrichtsvorhaben: Freiraum:			120 UE 100 UE 20 UE

Jahrgangsstufe: 8.1	Päd. Perspektive: E, F	Dauer des UVs: 18	Nummer des UVs im BF/SB: 2.7	Vernetzen mit UV: BF 2.8
33. Thema des UV: Was macht die Unterschiede der Spiele aus? – Grundideen und Strukturen verschiedener Mannschaftsspiele analysieren, vergleichen und verändern				
BF/SB 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen			Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz f – Gesundheit	
Inhaltlicher Kern: - Spiele aus anderen Kulturen			Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1] Interaktion im Sport [e2] Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f1] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.2] 			Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedl. Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern. [10 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren. [10 MK e1] UK <ul style="list-style-type: none"> das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen.[10 UK e1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mind. 2 Mannschaftssportarten: z.B. Tschoukball, Flagfootball, Handball, Basketball, Hockey, Futsal etc. - Unterschiedliche Anforderung im Spielprozess bzgl. Technik und Taktik - Regelverständnis - Regelvariationen und ihre Auswirkungen auf das Spiel <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technik und Taktik - Angriffs- und Abwehrverhalten - Mannschafts- und Individualtaktik - Kooperations- und Konkurrenzsituationen 	<ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren von Regelveränderungen - Entwickeln geeigneter Bewegungsmuster zum Freilaufen und Anbieten <p>Fachbegriffe –</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren (Schüler- und Lehrerinfo) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mind. 2 Mannschaftssportarten: z.B. Tschoukball, Flagfootball, Handball, Basketball, Hockey, Futsal etc. - Unterschiedliche Anforderung im Spielprozess bzgl. Technik und Taktik - Regelverständnis - Regelvariationen und ihre Auswirkungen auf das Spiel <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Freilaufen und Anbieten (Give an Go, Finten, Schnellangriffe) - Ausweichen - Pass-/Wurfvarianten: <ul style="list-style-type: none"> o Druckpass o Schlagwurfvarianten o Schleudwurf o Fangbewegungen o Spiral (Flagfootball) o Schiebepass Vh/Rh (Hockey) o Passen (Futsal) o Stoppen (Hockey, Futsal) 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Taktiküberprüfung – Freilaufen und Anbieten, Ausweichen, Finten etc. - Anstrengungsbereitschaft, team- und zielorientiertes Spielen - Situations- und adressatenangemessenes Spielverhalten <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regelverständnis (ggf.) - Techniküberprüfung – Merkmale: <ul style="list-style-type: none"> o Grobkoordination des Passens/Werfens und Fangens/Stoppens o Bewegungsfluss (grundlegend) o Bewegungsdynamik o Bewegungsrhythmus

Jahrgangsstufe: 8.1	Päd. Perspektive: D	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.5	Vernetzen mit UV: BF 3.4
34. Thema des UV: <i>Das habe ich noch nie gemacht</i> – Vertiefung Hochsprung (Flop) oder Einführung in den Hürdenlauf als leichtathletische Disziplin				
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik		Inhaltsfelder: d – Leistung		
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende leichtathletisches Bewegen - leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) 		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit • Leistungsverständnis im Sport • Interaktion im Sport 		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeiteniveau ausführen [10 BWK 3.1] • eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoßen oder Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> - ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern; [10 SK d2] - koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen. [10 SK d3] MK <ul style="list-style-type: none"> • 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
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> - Phasierung der gewählten Technik - Grundlegende Merkmale der genannten Disziplinen in ihrer Funktion erläutern - Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampfregeln in den genannten Disziplinen - Messverfahren sachgerecht anwenden - Umgang mit Ängsten <p>Fachbegriffe (für Hochsprung):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rotationen um verschiedene Körperachsen - Anlaufen - Absprung - Lattenüberquerung - Landung 	<ul style="list-style-type: none"> - Ausprobieren und Experimentieren - Lernaufgabe zum Erlernen der Technik sowie zur Recherche über die Technik - selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) - Individuelle Vorbereitung auf eine Trainingsleistung (z.B. Aufwärmen) - ggf. digitale Bewegungsanalyse (GoPro und Tablet) <p>Fachbegriffe –</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlegende Wettkampfregeln zu den genannten Disziplinen - Eigen- und Fremdwahrnehmung 	<p>Reflektierte Praxis (für Hochsprung):</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Flop und Schersprung zur Überquerung der Latte/Zauberschnur - Lauf-ABC - Phasen der Lattenüberquerung - Sicherheit (Gerät und Bewegung selbst) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wettkampfregeln - 5er-/7er-Rhythmus beim bogenförmigen Anlauf - Rotation um Körperlängs-, Körperbreiten- und Körpertiefenachse - Bogenspannung 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lehrerbeobachtung - Rückmeldung von Mitschülern - ggf. videogestützte Rückmeldung <p><i>Beobachtungskriterien</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - sich auf Unbekanntes einlassen - Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben der Disziplinen zeigen - angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten (z.B. beim Aufwärmen) - Hilfsbereitschaft zeigen <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i> Techniküberprüfung und Merkmale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grobkoordination - Bewegungsfluss (grundlegend) - Bewegungsdynamik - Bewegungsrhythmus <p>Wettbewerb zur Ermittlung der individuellen Leistungsfähigkeit</p>

Jahgangsstufe: 8.1	Päd. Perspektive: F, C	Dauer des UVs: 15	Nummer des UVs im BF/SB: 5.4	Vernetzen mit UV: BF 5.1
35. Thema des UV: Akrobatische Kunststücke – eine Partner- und Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren, und bewerten				
BF/SB 5: Bewegen an Geräten - Turnen		Inhaltsfelder: f – Gesundheit c – Wagnis und Verantwortung		
Inhaltlicher Kern: - Akrobatik		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f1] • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c2] 		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren [10 BWK 5.2] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> - Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2] MK <ul style="list-style-type: none"> • die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1] • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1] UK <ul style="list-style-type: none"> • 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"> - Partner- und Gruppenfiguren - Sicherheitsbelehrungen zum Auf- und Abstieg bei akrobatischen Figuren - Kriterien für eine gelungene Akrobatik-Präsentation - Schüler bewerten sich untereinander - Begleitung durch (ruhige) Musik <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wagnis und Verantwortung - Sicherheitsstellung - Körperspannung - Auf- und Abbau und Halten einer Figur 	<ul style="list-style-type: none"> - Lernaufgabe: Erproben und Beherrschen einzelner akrobatischer Figuren - den Übungsbetrieb richtig organisieren und durchführen unter Beachtung grundlegender Sicherheitsvorgaben im SU - Richtiges Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit sowie der Mitschüler - Eigenständige Einteilung innerhalb der Gruppe nach Gewicht, Körpergröße etc. - Helfen und Sichern beim Figurenauf- und abbau - Sicherheitsbelehrungen (ohne Schue, keinen Buckel und kein Hohlkreuz bei Brücke; nicht auf die Wirbelsäule treten und nicht abspringen) <p>Fachbegriffe –</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben, Experimentieren und Entwickeln (Schüler-/Lehrerinfo) - Beobachtung und Korrektur 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <p>Partnerfiguren:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Flieger vw/rw - „Rücken-Rücken-Sitz“ - „Auseinanderlehnen in Handhaltung“ - Stand auf Bankstellung - etc. <p>Gruppenfiguren</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pyramiden - „Stützfiguren“ - etc. <p>Turnerische Elemente zur Komplettierung der Präsentation z.B. <i>Roll vw/rw, Handstand, Rad etc.</i></p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auf- und Baau - Brücke - Partnerfiguren - Pyramiden 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft im Übungsbetrieb - Einbringen in der Gruppe (Ideen, Kreativität) - Hilfsbereitschaft <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - mindestens 3 der vorgegebenen Partner- bzw. Gruppenfiguren müssen in der Präsentation enthalten sein - Schwierigkeitsgrad der Figuren - Kontrollierter Auf- und Abbau - Halten der Figur (mind. 3 Sekunden) - Flüssige Übergänge zwischen den Figuren - Zusätzliche turnerische Elemente

Jahrgangsstufe: 8.2	Päd. Perspektive: E	Dauer des UVs: 18	Nummer des UVs im BF/SB: 7.4	Vernetzen mit UV: BF 7.3
36. Thema des UV: <i>Erst gut aussehen, dann gut spielen!</i> - Streetball				
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Basketball)			Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltlicher Kern: - Mannschaftsspiele (Basketball , Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)			Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten • Interaktion im Sport	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • 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 - Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfvverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern; [10 BWK 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 UK e1] - einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden; [10 UK e1] - in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. [10 UK 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]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Varianten des Zusammenspiels in Kleingruppen - Verschiedene Varianten des Korbwurfes erproben - Technische Fähigkeiten des Zusammenspiels (Dribbling und Passen) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dribbeln, Doppeldribbling - Druckpass (z.B. Bodenpass) - Positionswurf - Korbleger 	<ul style="list-style-type: none"> - Erproben und experimentieren verschiedener Würfe auf den Basketballkorb - Dribbeln mit verschiedenen Anforderungsstufen (2 Bälle, Hindernisse) - Üben des Zusammenspiels in Kleingruppen und Benennen der Kriterien eines guten Zusammenspiels (verbale und nonverbale Kommunikation) - Übernahme von Schiedsrichteraufgaben (Punkte zählen, Zeit nehmen, Schrittfehler, grobe Fouls) - Erweiterung der Mannschaftstaktiken (z.B. 1 gegen 1, 2 gegen 2, 3 gegen 3) <p>Fachbegriffe</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren - Teamfähigkeit - Von isolierten Übungsformen zu komplexen Übungsreihen und Spielformen - Give and Go - indirekter Block 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Formen des Korbwurfes aus unterschiedlichen Entfernungen - Werfen und Passen im Rahmen des Sportspiels Basketball - Korbleger aus dem Stand und aus dem Dribbling - Rebound in spielnahen Situationen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Positionswurf/Korbleger - Sternschritt - Sprung- und Schrittstop 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Übungsformen zu den basketballspezifischen Fertigkeiten demonstrieren und beschreiben - Angemessenes Anwenden der Fertigkeiten in Spielsituationen - Kontinuierliche und konzentrierte Mitarbeit - Teamfähigkeit/Zusammenspiel <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausführungsqualität und Vielfalt der angewendeten Taktiken - Individuelle Lernerfolge <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielsituationen im 1 gegen 1 und 2 gegen 2 <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsqualität - taktisches Verhalten

Jahrgangsstufe: 8.2	Päd. Perspektive: B, E	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 6.3	Vernetzen mit UV: BF 6.1, 6.2
37. Thema des UV: <i>Step dich fit!</i> – Rhythmische Gestaltung in Verbindung mit Fitness durch Aerobic				
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste			Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltlicher Kern: - gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und <u>ohne</u> Handgeräte und Alltagsmaterialien)			Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b2] • Ausgangspunkte von Gestaltungen [b3] • Interaktion im Sport [e2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • eine selbstständig um- oder 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] 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] 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"> - Erlernen verschiedener Aerobic-Schritte unter Einbeziehung von Armen, Körper und Partner - sich zur Musik rhythmisch bewegen - Bewegungen koordinieren: - einfache Bewegungs- und Gestaltungsaufgaben in Kleingruppen lösen, variieren, neu erfinden und präsentieren - Präsentation von Mitschülern nach festgelegten Kriterien bewerten <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Variationen von Bewegungen - Bewegungen im Raum und auf der Stelle - Rhythmusschulung und Bewegungskoordination - Fitness/Kondition 	<ul style="list-style-type: none"> - Erfahren verschiedener Step-Höhen - Entwicklung und Erprobung verschiedener Bewegungsformen - Verbesserung der Koordination und des Rhythmus‘ - Erprobung unterschiedlicher Bewegungsvariationen, Entwicklung von Bewertungskriterien und Präsentation (Bewertung der Ergebnisse) - Gestaltung einer Choreographie und Anleiten einer Gruppe - Verbesserung der Kondition <p>Fachbegriffe –</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entwickeln und Erproben - Präsentieren - Bewerten - Gestalten - Anleiten 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gestalterische Formen mit verschiedenen Steppern - Anwendung der erlernten Schritte auf unterschiedliche Musik in Form einer Choreographie <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gestaltungskriterien - Anleiten einer Gruppe 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kreativität - Motivation - Kooperatives Verhalten <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendung der erlernten Schritte und richtiger Umgang mit dem Gerät - Selbstständige Entwicklung von Lösungswegen bei der Bewältigung von kreativen Aufgaben - Kreative Umsetzung der Aufgabe <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation der gestellten Aufgabe <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Saubere und flüssige Ausführung - Rhythmische Ausführungen - Kreativität - Synchrone Ausführung & Ausdruck

Jahrgangsstufe: 8.2	Päd. Perspektive: E	Dauer des UVs: 15	Nummer des UVs im BF/SB: 7.5	Vernetzen mit UV: BF 7.2
38. Thema des UV: Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen! – Komplexe Aufgaben in Partnerspielen taktisch sicher und regelgerecht bewältigen				
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Badminton)			Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltlicher Kern: - Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)			Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten • Interaktion im Sport	
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 7.1] • 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 - Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern, [10 BWK e1] - Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedliche Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern. [10 BWK e2] MK - 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] 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]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wiederholung: Ball- und Schlägergewöhnung, Schlägerhaltung - Vertiefung der Bewegungsmerkmale beim Aufschlag, Vorhand- und Rückhandschlägen - Variationen des Mit- und Gegeneinanderspielens - Grundlegende Regeln des Badmintonspiels (Einzel und Doppel) - Organisation und Durchführung eines Badmintonwettkampfes (z.B. Doppeltturnier, Kaiserturnier) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vorhand und Rückhand - Aufschlag - Turnierraster - Regeln (vereinfachte Regeln des DBB) 	<ul style="list-style-type: none"> - wiederholen, verfeinern und verbessern: verschiedene Schläge beim Badminton - Ball- und Schlägergewöhnung wiederholen - Kennenlernen der verschiedenen Variationen des miteinander und gegeneinander Spielens - Sicherer und verantwortungsvoller Umgang mit dem Material <p>Fachbegriffe –</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Varianten des Aufschlages (VH, RH), der Vorhand- und Rückhandschläge (Smash und Drive) - Übungsformen des Mit- und Gegeneinanderspielens (z.B. Einzel, Doppel, Rundlauf, Zieltraining) - Kennenlernen verschiedener Schlagtechniken nach individuellem Leistungsstand <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Drop- und Schmetterschlag (Smash) - Unterscheidung von Angriffs- und Abweherschlägen 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Übungsformen zu den badmintonspezifischen Fertigkeiten demonstrieren und beschreiben - Angemessenes Anwenden der Fertigkeiten in Spielsituationen - Kontinuierliche und konzentrierte Mitarbeit - Verlässlichkeit beim Auf- und Abbau des Materials <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausführungsqualität - Konstante und erfolgreiche Ausführungen der geforderten Bewegung - Individuelle Lernerfolge <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation von einer erprobten Variante des Aufschlages, der Vor- und Rückhand (Smash und Drive) <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsqualität - Ergebnisse des Wettkampfes - Konstante und sichere Ausführung der Schlagvarianten

Jahrgangsstufe: 8.2	Päd. Perspektive: C	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 8.2	Vernetzen mit UV: BF 4.2
39. Thema des UV: Olympia wir kommen – Durchführung unterschiedlicher Gleitsportdisziplinen sowie nordischer Winterdisziplinen in der Turnhalle, auf dem Schulhof und in der Skihalle				
BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Bootssport, Rollsport, Wintersport		Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung		
Inhaltlicher Kern: - Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee		Inhaltliche Schwerpunkte: - Handlungssteuerung		
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"> 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"> verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1] UK <ul style="list-style-type: none"> einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Anforderungen beim Rollen und Gleiten (Waveboard, Skateboard, Longboard, Roller Rollbrett) - Rotation, Verlagerung KSP, Schräglage, Vertikalbewegung - Sicherheitsmerkmalen benennen und einhalten (Schutzbekleidung, Organisationsformen) - Risiken einschätzen und abwägen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Phasierung der einzelnen Bewegungsabläufe 	<ul style="list-style-type: none"> - Erproben und experimentieren verschiedener Roll- und Gleitformen - Erarbeitung und Einführung der relevanten Sicherheitsaspekte - Durchführung eines Mannschaftswettkampfs (Rollbasketball, Rollhockey, Biathlon) <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auf die Turnhallensituation abgestimmte Varianten verschiedener nordischer Wintersportarten - Konditionelle und koordinative Fähigkeiten im Rahmen der erprobten Sportarten - Unterschiedliche Formen des Gleitens und Rollens mit Rollbrettern und Teppichfliesen - Mannschaftswettkampf <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Waveboard, Skateboard, Longboard, Roller Rollbrett, Biathlon, Skispringen, Eisschnelllauf, - Rodeln, Bobfahren - Konditionelle und koordinative Fähigkeiten 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Übungsformen und Regeln der Disziplinen demonstrieren und beschreiben - Angemessenes Anwenden der Fertigkeiten in der Wettkampfsituation - kontinuierliche und konzentrierte Mitarbeit (auch kognitiv) - Teamfähigkeit - Verantwortungsbewusstsein im Umgang mit sich und den Mitschülern <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausführungsqualität - individuelle Lernerfolge <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Erzielte Mannschaftsergebnisse

Nummerierung	Unterrichtsvorhaben in Klasse 9	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 40	Wir messen uns selbst in einem selbstzusammengestellten Wettkampf – Einen leichtathletischen Mannschaftswettbewerb planen, durchführen und auswerten	3.6	15
UV 41	Ich kann im Team mit- und gegeneinander spielen! – Komplexe Aufgaben in Mannschaftsspielen taktisch sicher und regelgerecht bewältigen (Basketball)	7.6	18
UV 42	Ich strenge mich an und lerne, mich zu entspannen! - Die Balance von Anstrengung und Entspannung finden	1.5	10
UV 43	Schwingen und um die Stange drehen – Sicher an den schwingenden Ringen und am schulterhohen Reck turnen	5.5	15
UV 44	Das wär' ja wohl gelacht, wir klettern bis zum Hallendach – Einführung in das gesicherte Klettern an der Kletterwand	1.6	12
UV 45	Wie spielt man eigentlich woanders? – Spiele aus Amerika spielen und verstehen	2.8	15
UV 46	Eine luftige Angelegenheit – Verbesserung der aeroben Ausdauerleistung im Laufen	3.7	12
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit: Stunden für die Unterrichtsvorhaben: Freiraum:			120 UE 97 UE 23 UE

Jahgangsstufe: 9.1	Päd. Perspektive: E, D	Dauer des UVs: 15	Nummer des UVs im BF/SB: 3.6	Vernetzen mit UV: BF 3.1
40. Thema des UV: Wir messen uns selbst in einem selbstzusammengestellten Wettkampf – einen leichtathletischen Mannschaftswettbewerb planen, durchführen und auswerten				
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik			Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz d – Leistung	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> - Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) - Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe 			Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Interaktion im Sport [e] • Leistungsverständnis im Sport [d] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeiteniveau ausführen [10 BWK 3.1] • alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen [10 BWK 3.4] 			Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern, [10 BWK e1] Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedliche Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern. [10 BWK e2] ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2] MK Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren, [10 MK e1] UK die Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2] 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 d1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> - Einen altersgerechten und chancengleichen leichtathletischen Mannschaftswettkampf aus den bekannten Disziplinen (evtl. kombiniert mit einer anderen Sportart originell) zusammenstellen, erproben und durchführen - Die Wettkampfregeln für die Teildisziplinen erstellen und ein Bewertungssystem dazu entwickeln - Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampfregeln in den genannten Disziplinen berücksichtigen - Messverfahren sachgerecht anwenden - Eigenverantwortliches Üben und Trainieren ... ggf. auch außerhalb des Unterrichts und den Trainingsfortschritt in einem Protokoll festhalten 	<ul style="list-style-type: none"> - selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) - Vorbereitung des Wettkampfes in Gruppen (ggf. ist ein/e verletzte SoS „Manager“) - Individuelle Vorbereitung auf eine Trainingsleistung (z.B. Aufwärmen) - Wettkampfstätten sachgerecht herrichten - Schriftlich den Wettkampf umfassend vorbereiten (u.a. Wettkampfregeln, Organisation, Bewertungssystem, Formatvorlagen für Bewertungsraster entwickeln) Fachbegriffe – Methodenkompetenz: <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren - Grundlegende Wettkampfregeln zu den genannten Disziplinen - Startkommando 	Reflektierte Praxis: Gegenstände: <ul style="list-style-type: none"> - Auswahl von leichtathletischen Disziplinen aus den Bereichen Lauf, Sprung, Wurf, Stoß Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> - Wettkampfregeln 	Unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> - Sich auf Unbekanntes einlassen - Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Planen des - Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben der Disziplinen zeigen - angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten (z.B. beim Aufwärmen) zeigen - Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen <i>Beobachungskriterien:</i> s.o. Punktuell: <i>Beobachungskriterien:</i> <ul style="list-style-type: none"> - normorientierte Bewertung des Wettkampfes nach den von den SuS festgelegten Bewertungsgrundlagen unter Berücksichtigung interner Leistungstabellen

Jahrgangsstufe: 9.1	Päd. Perspektive: E	Dauer des UVs: 18	Nummer des UVs im BF/SB: 7.5	Vernetzen mit UV: BF 7.4
41. Thema des UV: <i>Ich kann im Team mit- und gegeneinander spielen!</i> – Komplexe Aufgaben in Mannschaftsspielen taktisch sicher und regelgerecht bewältigen				
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Basketball)			Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltlicher Kern: - Mannschaftsspiele (Basketball , Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)			Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten • Interaktion im Sport	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • 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 - 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] - einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden. [10 MK e2] 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]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Varianten des Zusammenspiels in Kleingruppen - Verschiedene Varianten des Korbwurfes erproben - Technische Fähigkeiten des Zusammenspiels (Dribbling und Passen) - Bewegungsmerkmale beim Korbwurf wiederholen und festigen Fachbegriffe <ul style="list-style-type: none"> - Dribbeln, Doppeldribbling - Druckpass (z.B. Bodenpass) - Positionswurf - Korbleger 	<ul style="list-style-type: none"> - Erproben und experimentieren: verschiedene Würfe auf den Basketball-korb - Dribbeln mit verschiedenen Anforderungsstufen (Tempo, Hindernisse, ...) - Zielspiel 5 gegen 5 - Übernahme von Schiedsrichteraufgaben (Punkte zählen, Zeit nehmen) - Wiederholung einfacher Mannschaftstaktiken (z.B. Manndeckung) Fachbegriffe Methodenkompetenz: <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren - Teamfähigkeit - Von isolierten Übungsformen zu komplexen Übungsverbindungen 	Reflektierte Praxis: Gegenstände <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Formen des Korbwurfes aus unterschiedlichen Entfernungen - Werfen und passen im Rahmen des Sportspiels Basketball - Korbleger aus dem Stand und aus dem Dribbling - Rebound in spielnahen Situationen Fachbegriffe <ul style="list-style-type: none"> - Positionswurf/Korbleger - Sternschritt - Sprung- und Schrittstopp 	Unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> - Übungsformen zu den basketballspezifischen Fertigkeiten demonstrieren und beschreiben - Angemessenes Anwenden der Fertigkeiten in Spielsituationen - Kontinuierliche und konzentrierte Mitarbeit - Teamfähigkeit/Zusammenspiel <i>Beobachtungskriterien:</i> <ul style="list-style-type: none"> - Ausführungsqualität Vielfalt der angewendeten Bewegungsformen - Individuelle Lernerfolge Punktuell: <ul style="list-style-type: none"> - Basketballzirkel - Komplexe Übung (Verbindung von Dribbling und Korbleger) <i>Beobachtungskriterien:</i> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsqualität - Erfolgsquote

Jahgangsstufe: 9.1	Päd. Perspektive: A, F	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 1.5	Vernetzen mit UV: BF 12
42. Thema des UV: <i>Ich strenge mich an und lerne, mich zu entspannen!</i> Die Balance von Anstrengung und. Entspannung finden				
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen		Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz		
Inhaltlicher Kern: - Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness		Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [10 BWK 1.2] • ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 1.3]		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - 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 - Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2] UK - gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen [10 UK f1]		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fitnessorientiertes Zirkeltraining - Grundlegende Merkmale einzelner Entspannungsmethoden vermitteln - Gesundheitsmodelle <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gesundheit, Gesundheitsmodell - Stress, Stressmodell - Kondition - Fitness - Grundlagen der Trainingslehre - Anspannung-Entspannung - Ruhe-Schwere-Wärme-Herz-Atmung 	<ul style="list-style-type: none"> - Fantasiereise (eventuell durch Vermittlung von Inhalten der Progressiven Muskelrelaxation und dem Autogenen Training) - Lernaufgabe: Erproben verschiedener Entspannungstechniken - Erstellen einer MindMap zur Systematisierung unterschiedlicher Formen der Entspannung (Gegenüberstellung „naiver“ Entspannungstechniken und Entspannungsmethoden) <p>Fachbegriffe</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fitnessorientiertes Zirkeltraining - unterschiedliche Formen und Methoden der Entspannung: <ul style="list-style-type: none"> o Fantasiereise o Progressive Muskelrelaxation o Autogenes Training <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kraft - Ausdauer - Biofeedback (Atmung, Herzfrequenz...) - Transfer in den Alltag und zu Situationen in der Schule (Prüfungsangst, sportlicher Wettbewerb, etc.) 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft - Sich-einlassen-können - Konzentrationsfähigkeit - Reflexionsfähigkeit - kognitive Phasen <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p>

Jahgangsstufe: 9.1	Päd. Perspektive: A, C	Dauer des UVs: 15	Nummer des UVs im BF/SB: 5.5	Vernetzen mit UV: BF 5.2
43. Thema des UV: Schwingen und um die Stange drehen – Sicher an den schwingenden Ringen und am schulterhohen Reck turnen				
BF/SB 5 Bewegen an Geräten - Turnen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c – Wagnis und Verantwortung		
Inhaltlicher Kern: - 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] • Handlungssteuerung [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"> - die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] - für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] MK <ul style="list-style-type: none"> - analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] - Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2] UK <ul style="list-style-type: none"> - den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Phasierung ausgewählter Elemente - Auf- und Abbau Reck und Ringe - Übungen zum Aufbau und dem Erhalt von Körperspannung - Sicherheitsbelehrung Ringe und Reck - Helfen und Sichern am Reck <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wagnis und Verantwortung - Hilfestellung vs. Sicherheitsstellung - Körperspannung - Bewegungsphasen 	<ul style="list-style-type: none"> - Lernaufgabe: Erproben und Beherrschen einzelner Turnelemente - den Übungsbetrieb richtig organisieren und durchführen unter Beachtung grundlegender Sicherheitsvorgaben im SU - Richtiges Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit sowie der Mitschüler - Schüler-Schülerbewertung <p>Fachbegriffe – Methodenkompetenz/ Urteilskompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben, Experimentieren und Entwickeln - (Schüler-/Lehrerinfo) - Bewegungsbeobachtungen und Bewegungskorrektur 	<p>Reflektierte Praxis</p> <p>Gegenstände</p> <p>Unterschiedliche turnerische Elemente am Reck:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stütz - Aufschwung - Unterschwing - (= Wiederholung aus Jg. 5/6) - Umschwung vorlings rückwärts <p>Schwingende Ringe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Doppelkontakt - Schwungverstärkung - 1/2 und 1 Drehung - Abgang hinten - Ggf. Beugesturzhang erproben <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Umkehrpunkt - Hilfestellung - Sicherer Abgang von den Ringen 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <p>Lehrerbeobachtungen</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft im Übungsbetrieb - Hilfsbereitschaft - Übernahme von Verantwortung für die eigene Bewegung und die der Mitschüler, Teamgedanke im Übungsbetrieb <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsausführung der Einzelelemente differenziert nach dem Schwierigkeitsgrad (z.B. Aufschwung – Umschwung am Reck, halbe – ganze Drehung an den Ringen, s. Punktetabelle!) - Schüler-Schülerbewertung (Punktetabelle)

Jahrgangsstufe: 9.2	Päd. Perspektive: E, F	Dauer des UVs: 15	Nummer des UVs im BF/SB: 2.8	Vernetzen mit UV: BF 2.7
44. Thema des UV: <i>Wie spielt man eigentlich woanders?</i> – Spiele aus Amerika spielen und verstehen				
BF/SB 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz f – Gesundheit		
Inhaltlicher Kern: - Spiele aus anderen Kulturen		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] Interaktion im Sport [e] Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] 		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.2] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1] MK <ul style="list-style-type: none"> einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3] UK <ul style="list-style-type: none"> das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Flagfootball (ggf. Indiaca) - Regeln und deren unterschiedliche Funktionen - Wurftechnik - Fangtechnik - ein Spiel unter Einbezug aller Beteiligten gemeinsam gestalten und umsetzen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fachbegriffe der Sportart (Down, Huddle, Line of Scrimmage, Moves (corner, post etc.) etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> - Spiele richtig organisieren und durchführen <p>Fachbegriffe</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Huddle: Besprechung der Taktik - Spielbeobachtung - Regelbeobachtungen in für den spielgestalterischen Prozess nutzbar machen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Flagfootball (ggf. Indiaca) - Regeln und deren unterschiedliche Funktionen - Wurftechnik - Fangtechnik - ein Spiel unter Einbezug aller Beteiligten gemeinsam gestalten und umsetzen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fachbegriffe der Sportart (Down, Huddle, Line of Scrimmage, Moves (corner, post etc.) etc.) 	<p>Unterrichtsbegleitend: Lehrerbeobachtungen</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Regelideen und -abänderungen in angemessener Form in die Spielbesprechungen einbringen und im Spiel umsetzen bzw. einhalten - Spiel- und Regelbeobachtungen durchführen und Ergebnisse mitteilen und Rückmeldungen in das eigene Spiel integrieren - Beobachtungskriterien: - Gelingen des taktischen Verhaltens (Arbeits- und Sozialverhalten, Fairness, Teamfähigkeit) <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Gelingen des Spiralwurfs

Jahrgangsstufe: 9.2	Päd. Perspektive: A, C, D	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 1.6	Vernetzen mit UV: BF 1.6
45. Thema des UV: <i>Das wär ja wohl gelacht</i>, wir klettern bis zum Hallendach – Einführung in das gesicherte Klettern an der Kletterwand				
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c – Wagnis und Verantwortung d – Leistung		
Inhaltlicher Kern: - Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten (Elemente der Fitness)		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c] Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] 		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> sich funktional und wahrnehmungsorientiert - allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen [10 BWK 1.1] ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 1.3] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1] grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1] MK <ul style="list-style-type: none"> unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] UK <ul style="list-style-type: none"> Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte <ul style="list-style-type: none"> - fach- und sachgerecht mit dem Material umgehen - Sicherheitsaspekte kennen und anwenden - dem Partner, dem Material und sich selbst vertrauen - Kletterspezifische Anforderungssituationen erkennen, beschreiben und bewältigen - individuelle Leistungsvoraussetzungen realistisch einschätzen und angemessene Anforderungssituationen finden 	<ul style="list-style-type: none"> - Lerntagebuch: Dokumentation der Kletterleistungen anhand der Seilzüge und Farben - Dokumentation von Bewegungsproblemen und deren Lösung - Selbstständiges Durchführen begleitender kletterspezifischer Übungen <p>Fachbegriffe –</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren - Sich selbst und andere sichern 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Materialkunde: Gurt, Knotenpunkte, Topstop-Bremse, Griffe, Tritte - Sichern: Doppelacht-Knoten, Partnercheck, Seilhaltung - Klettertechniken (Griff- und Tritttechniken) - Routenklettern (Schwierigkeitsgrade) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gurt: Einbindschlaufe, Materialschlaufen, Beinschlaufen, - KSP, Lot, Gleichgewicht - Langer Arm - Eindrehen, Froschtechnik - 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengung, Motivation - Sorgfältigkeit, Zuverlässigkeit - Problemlösungsfähigkeit - Dokumentation <p>Punktuell:</p> <p>Kletterdemonstration unter Anwendung der kletterspezifischen Bewegungstechniken an vorgegebenen oder selbst gewählten Routen mit fordernden Bewegungsproblemen</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Umsetzung einer angemessenen Klettertechnik/Bewegungstechnik: Körper nahe an der Wand, kontrolliertes Treten und Greifen, vorausschauendes Klettern, - Lösung von Problemstellen: Ehrgeiz, Ausdauer, Probieren verschiedener Lösungsmöglichkeiten

Jahrgangsstufe: 9.2	Päd. Perspektive: D, F	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.7	Vernetzen mit UV: BF 3.1
46. Thema des UV: Eine luftige Angelegenheit – Verbesserung der aeroben Ausdauerleistung im Laufen				
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik		Inhaltsfelder: d – Leistung f – Gesundheit		
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> - Grundlegendes leichtathletisches Bewegen - traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe 		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Trainingsplanung und Organisation [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 Wettbewerb 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 d1] - Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1] - Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2] MK <ul style="list-style-type: none"> - einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1] - sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2] 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"> - Spielformen zur Verbesserung der aeroben Ausdauerleistung - Berücksichtigung individueller Ausgangsniveaus und Vorerfahrung - Trainingseinheiten außerhalb der Sportstunde - Vor- und Nachbereitung von Laufeinheiten (Aufwärmen, Cooldown) - Sinnvolles Dehnen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Intervall- und Dauermethode - Durchführen standardisierter Tests - Theoretische (biologische) Hintergründe: <ul style="list-style-type: none"> o Energiebereitstellung o aerober/anaerober Bereich - Trainingslehre/-methodik 	<ul style="list-style-type: none"> - Eigenständige Dokumentation Leistungsfortschritt (analog/digital) - Ggf. Nutzen von Apps zum Tracking - Eingangs- und Abschlusstest - Faktoren der Trainingsoptimierung (z.B. Ernährung, mentale Vorbereitung) <p>Fachbegriffe</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Methoden zur Verbesserung aerober Kapazität - Pulsmessung 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 6 Tage-Rennen - Cooper-Test - Shuttle-Run/Beep-Test - Lauf-ABC - Übungen zur Regeneration (Entspannungsübungen, leichtes Training) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aerobe/anaerobe Ausdauer - lohnende Pause - Belastungsintensität - Pulsmessung - Lauftagebuch - Intervall-/Dauermethode - Superkompensation 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leistungsbereitschaft - Motivation Mitschüler - Individuelle Verbesserung - Verschiedene Leistungstest (s. Gegenstände) - Kognitive Phasen (z.B. Energiebereitstellung) <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dokumentation eigene Leistung (Lauftagebuch) - Note Abschlusslauf (Cooper-Test)

Nummerierung	Unterrichtsvorhaben in Klasse 10	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 47	<i>Klassik ist schick</i> – Erlernen der Standardtänze in einer Tanzschule	6.4	16
UV 48	<i>Vom Mini zum Midi</i> – Vom 2-2 bis hin zum 4-4 im Volleyball	7.7	14
UV 49	<i>L'art du déplacmenent</i> oder „Die Kunst des Fortbewegens“ – Effektive Hindernisüberwindung im <i>Le Parcours</i>	5.6	16
UV 50	<i>Laufen lassen</i> – Gleiten, Rollen, Fahren auf verschiedenen Untergründen	8.3	12
UV 51	<i>Das habe ich noch nie gemacht</i> – Kugelstoßen oder Einführung in den Hürdenlauf als leichtathletische Disziplin	3.8	12
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit: Stunden für die Unterrichtsvorhaben: Freiraum:			80 UE 70 UE 10 UE

Jahrgangsstufe: 10.1	Päd. Perspektive: B, A	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 6.4	Vernetzen mit UV: BF 6.2
40. Thema des UV: <i>Klassik ist schick</i> – Erlernen der Standardtänze in einer Tanzschule				
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste		Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen		
Inhaltlicher Kern: - Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Variation von Bewegung [b] • Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] 		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Hip-Hop, Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.2] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> - ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] - das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2] MK <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] - 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] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundschrirte, Drehungen und Variationen der Standardtänze - sich zur Musik rhythmisch bewegen - Bewegungen koordinieren - Präsentationen der erlernten Tänze im Rahmen eines Abschlussballes <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Variationen von Bewegungen - Bewegungen im Raum und auf der Stelle - Rhythmusschulung, Bewegungskoordination 	<ul style="list-style-type: none"> - Entwicklung und Erprobung verschiedener Bewegungsformen und Techniken - Verbesserung der Koordination und des Rhythmus - Erprobung unterschiedlicher Bewegungsvariationen - Verbesserung der Kondition <p>Fachbegriffe –</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren - Rhythmusschulung 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendung der Grundschrirte der Standardtänze und erproben von Variationen (in der Regel Foxtrott, Disco-Fox, Cha Cha Cha, Rumba) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kooperation - Anwendung von Kriterien und Grundschrirten 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Motivation - Kooperatives Verhalten - Gemeinsame Leistungsbeurteilung mit Tanzlehrer <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendung der erlernten Schritre - Selbstständige Entwicklung von Lösungswegen bei der Bewältigung von vorgegebenen Aufgaben - Qualitativ hochwertige Umsetzung der Aufgabe - Einhaltung von gegebenen Kriterien und selbständige Umsetzung von Aufgaben - Rhythmik - Dynamik der Bewegungen <p>Punktuell:</p> <p>Anwendung der gestellten Aufgabe</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Einhaltung der Kriterien wie z.B.: Technik, Rhythmik, Dynamik, Ausdruck

Jahrgangsstufe: 10.1	Päd. Perspektive: E	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 7.x	Vernetzen mit UV: BF 7.3
41. Thema des UV: Vom Mini zum Midi – Vom 1-1 bis hin zum 4-4 im Volleyball				
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Partnerspiele (Volleyball)			Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltlicher Kern: - Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)			Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten • Interaktion im Sport	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • 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 - Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern; [10 BWK e1] MK - einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] 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]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einführung des unteren und oberen Zuspiels und Aufschlag von unten • Aufstellungen im Feld • Mini- und Midivolleyball • Kleine Spiele und Spielreihen • Taktikgrundlagen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pritschen (oberes Zuspiel) - Baggern (unteres Zuspiel) - Driveschlag - Offenes und geschlossenes Dreieck (3 gegen 3) 	<p>Fachbegriffe –</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Miteinander (vom 1 mit 1) und gegeneinander (bis zum 4 gegen 4) spielen • „Ball über die hohe Schnur“ als Einstieg • Variation der Feldgröße (von schmal & lang bis hin zur Originalgröße) • Schaffen von Bewegungsvorstellungen (Demonstration Lehrkraft, Animationen, Bilder, Videos) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gerät- bzw. Ballgewöhnung - Wassergraben als „Geländeilfe“ - sukzessive Anpassen der Schnur-/Netzhöhe - Zuspiele auf vorgegebene Ziele (z.B. an der Wand) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielregeln & Zählweise - Wechselsystem der Spielenden - Steller - Stellung im Feld und zum Ball 	<p>Unterrichtsbegleitend: Lehrerbeobachtung und Rückmeldung Mitschüler</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Mitarbeit in kognitiven Phasen - Ausführungsqualität - (taktisches) Spielverhalten und -verständnis - Umgang mit Mitspieler - Bewegung im Feld <p>Punktuell: Prüfungsspiel</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Kommunikation - Einsatzbereitschaft - Ausführungsqualität - Taktikverständnis

Jahrgangsstufe: 10.1	Päd. Perspektive: C, D	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 5.6	Vernetzen mit UV: BF 5.3
42. Thema des UV: <i>L'art du déplacement</i> oder „Die Kunst des Fortbewegens“ – Effektive Hindernisüberwindung im Le Parcour				
BF/SB 5 Bewegen an Geräten – Turnen		Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung d - Leistung		
Inhaltlicher Kern: - Normungebundenen Turnen an Geräten und Gerätekombinationen		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c] • Handlungssteuerung [c] • Leistungsverständnis im Sport [d] 		
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) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1] - die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3] - ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2] MK <ul style="list-style-type: none"> - 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"> - 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"> • Schnelle und effiziente Bewegungen • gesunde Selbsteinschätzung • Flow-Gefühl • Körperbewusstsein • turnerische Grundelemente <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hindernisbewältigung - Kombination verschiedener Bewegungen (s.u.) - 	<p>Fachbegriffe –</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einschätzen der eigenen Fähigkeiten • Abwägen von zu verantwortbaren Risiken (z.B. bei Sprüngen) • Erproben unbekannter Sprünge und turnerischer Bewegungen • Weiterentwicklung bekannter turnerische Bewegungen (z.B. Sprunghocke) • Entwicklung bzw. Zusammenstellung eines eigenen Runs (mit selbstgewählten Elementen) <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren - Bewegungsoptimierung (durch Fremdwahrnehmung) - ggf. Bewegungsanalyse durch digitale Medien (Tablet oder Kamera) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände (Auswahl):</p> <ul style="list-style-type: none"> • laufen (horizontal und vertikal mit Abdruck an Wänden o.ä.) • balancieren (Lauf über Schwebelbalken o.ä.) • drehen (vertikal – horizontal, mit und ohne Sprung) • springen (mit und ohne Stützphase, Überschlänge) • landen (Rolle, Präzisionslandung im Stand) • hangeln (nach Anspringen von Gegenständen) • klettern (Wände o.ä.) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Balance - Rolle und Landung - Präzisions(sprung) - Speed/Step Vault - Dash Vault - TicTac - Wallrun - Durchbruch 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft (v.a. in Hinblick auf unbekannte Elemente) • Rückmeldung an Mitschülerinnen und Mitschüler (Qualität und Umfang der Rückmeldung) • Organisation (z.B. Auf- und Abbau Stationen) • kognitive Elemente (Bewegungsanalysen, Reflexionsphasen) <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <p>selbstgewählter Abschlussrun:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schwierigkeit der gewählten Elemente - Ausführungsqualität einzelner Elemente

Jahgangsstufe: 10.2	Päd. Perspektive: C, A	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 8.3	Vernetzen mit UV: BF 8.2
43. Thema des UV: <i>Laufen lassen</i> – Gleiten, Rollen, Fahren auf verschiedenen Untergründen				
F/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Bootssport, Rollsport, Wintersport		Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen		
Inhaltlicher Kern: - Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Wahrnehmen und Körpererfahrung [a] Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c] 		
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> sich in komplexen Anforderungssituationen unter Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen [10 BWK 8.1] gerätespezifische, technisch-koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetisch, gestalterisch, spielerisch oder wettkampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren [10 BWK 8.2] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> 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"> grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1] UK <ul style="list-style-type: none"> Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1] 		

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsprinzipien und Funktionsunterschiede von Gleit- und Rollgeräten vertiefen und auf variable Anforderungen anwenden und gestalten. Rollen und Gleiten (unterschiedliche Bikes, Skates, Waveboard, Skateboard, Longboard, Roller, Rollbrett) - Rotation, Verlagerung KSP, Schräglage, Vertikalbewegung - Sicherheitsmerkmalen benennen und einhalten (Schutzbekleidung, Organisationsformen) - Risiken einschätzen und abwägen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungstools: Rotation, Vertikalbewegung, Verlagerung KSP vor und zurück, Schräglage, Frontside, Backside, Wheels, Caves, Carven vs. Rutschen etc 	<ul style="list-style-type: none"> - Experimentieren mit verschiedenen Roll- und Gleitformen / induktiv - Einzelne Bewegungskriterien erlernen und demonstrieren / deduktiv - Anwendung der Teilkriterien in einer Kür oder auf einem Parcours. Z.B. Drehung um die Körperlängsachse – Rotation Board - Erarbeitung bzw. wiederholen der relevanten Sicherheitsaspekte - Selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) - Demonstrationswettbewerb <p>Fachbegriffe und Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlegende Begriffe der Bewegungsmerkmale und des Gerätes 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auf die Hallensituation abgestimmte Varianten verschiedener Gleit- und Rollarten - Konditionelle und koordinative Fähigkeiten im Rahmen der erprobten Sportarten - Erkannte Grenzen (Wagnis u. Verantwortung) - Mannschaftswettkampf <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kenntnisse über spezifische Sportgeräte wie Carver, Bikes, Waveboards, In-Line-Skates, Skateboards, Longboards, Roller, Schlittschuhe - Konditionelle und koordinative Fähigkeiten 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Übungsformen der Disziplinen demonstrieren und beschreiben - Anwenden der Fertigkeiten - kontinuierliche und konzentrierte Mitarbeit (auch kognitiv) - Teamfähigkeit - Verantwortungsbewusstsein im Umgang mit sich und den Mitschülern <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Gefahreneinschätzung - Demonstrationsfähigkeit - Theoretische Materialkenntnisse - individuelle Lernerfolge <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <p>Erzielte Leistung z.B. Freestylekür</p>

Jahrgangsstufe: 10.1	Päd. Perspektive: D	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.8	Vernetzen mit UV: BF 3.1
29. Thema des UV: <i>Das habe ich noch nie gemacht</i> – Kugelstoßen oder Einführung in den Hürdenlauf als leichtathletische Disziplin				
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik			Inhaltsfelder: d – Leistung	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende leichtathletisches Bewegen - leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) 			Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit • Leistungsverständnis im Sport • Interaktion im Sport 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen [10 BWK 3.1] • eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoßen oder Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2] 			Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> - ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern; [10 SK d2] - koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen. [10 SK d3] MK <ul style="list-style-type: none"> • 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"> - Phasierung der gewählten Technik - Grundlegende Merkmale der genannten Disziplinen in ihrer Funktion erläutern - Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampfbregeln in den genannten Disziplinen - Messverfahren sachgerecht anwenden <p>Fachbegriffe (für Kugelstoßen):</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rotationen um verschiedene Körperachsen - Standstoß - Stoßen aus dem Angleiten - Beschleunigung/Kraftgewinn durch Rotationen 	<ul style="list-style-type: none"> - Ausprobieren und Experimentieren - Lernaufgabe zum Erlernen der Technik sowie zur Recherche über die Technik - selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) - Individuelle Vorbereitung auf eine Trainingsleistung (z.B. Aufwärmen) - ggf. digitale Bewegungsanalyse (GoPro und Tablet) <p>Fachbegriffe –</p> <p>Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlegende Wettkampfbregeln zu den genannten Disziplinen - Eigen- und Fremdwahrnehmung 	<p>Reflektierte Praxis (für Kugelstoßen):</p> <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stoßbewegung (in Abgrenzung zur Wurfbewegung) - Standstoß - Haltung Ellbogen - Wettkampfbregeln (Übertreten u.ä.) - Sicherheitsaspekte (Gruppenverhalten) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Verwindung/kinetische Kette - Dreh-Streck-Bewegung - Nachstellschritt - Flugkurve Kugel 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lehrerbeobachtung - Rückmeldung von Mitschülern - ggf. videogestützte Rückmeldung <p><i>Beobachtungskriterien</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - sich auf Unbekanntes einlassen - Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben der Disziplinen zeigen - angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten (z.B. beim Aufwärmen) - Hilfsbereitschaft zeigen <p>Punktuell:</p> <p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <p>Techniküberprüfung und Merkmale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grobkoordination - Bewegungsfluss (grundlegend) - Bewegungsdynamik - Bewegungsrhythmus - Wettbewerb zur Ermittlung der individuellen Leistungsfähigkeit

2.2 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Bewegungsfeldern

BF/SB 1 – Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten entwickeln

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Min.)
1.1	<i>Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten</i> – Allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und gesund	5	10
1.2	<i>Wie lange noch?</i> – Stärken und Schwächen psycho-physischer Ausdauerleistungsfähigkeit erkennen sowie langfristig verbessern	5	10
1.3	<i>„Ich strenge mich an und erhole mich“</i> – Regeneration nach körperlicher Belastung durch Entspannungstechniken	6	10
Ende Erprobungsstufe			
1.4	<i>„Ich übernehme Verantwortung für die Gruppe“</i> – Entwicklung von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen zur Verletzungsprophylaxe und als Grundlage des gesunden Sporttreibens	7	10
1.5	<i>„Ich strenge mich an und lerne, mich zu entspannen!“</i> – Die Balance von Anstrengung und Entspannung finden	9	10
1.6	<i>Das wär' ja wohl gelacht, wir klettern bis zum Hallendach!</i> – Einführung in das gesicherte Klettern an der Kletterwand	9	12
Ende Sekundarstufe I			62 UE

BF/SB 2 - Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Min.)
2.1	„ <i>Ich kann mitspielen!</i> “ – Beherrschen der grundlegenden spielübergreifenden technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten in Bezug auf Kleine bzw. Basisspiele	5	10
2.2	<i>Das ist meine Klasse</i> – Kennenlernen und Verhaltensregeln (Unterrichtsfach <i>Soziales Lernen</i>)	5	10
2.3	„ <i>Ich kann das!</i> “ – Stärkung des Selbstvertrauens (Unterrichtsfach <i>Soziales Lernen</i>)	5	10
2.4	„ <i>Wir erarbeiten uns spielerische eine Spielesammlung</i> “ - Spielideen unterschiedlicher Basisspiele und kleiner Spiele kennen, aktiv umsetzen und begreifen sowie Regeln vereinbaren, einhalten und verändern	6	10
2.5	„ <i>Wie fühlt sich das an?</i> “ – Eigene und Gefühle anderer im Mit- und Gegeneinander (Unterrichtsfach <i>Soziales Lernen</i>)	6	10
2.6.	<i>Einer für alle und alle für einen</i> – Teambuilding und Gemeinschaftsgefühl (Unterrichtsfach <i>Soziales Lernen</i>)	6	10
Ende Erprobungsstufe			
2.7	<i>Was macht den Unterschied der Spiele aus?</i> – Grundideen und Strukturen verschiedener Mannschaftsspiele analysieren, vergleichen und verändern	8	18
2.8	<i>Wie spielt man eigentlich woanders?</i> – Spiele aus Amerika spielen und verstehen	9	15
Ende Sekundarstufe I			83 UE

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

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
3.1	„ <i>Wir laufen, springen, werfen!</i> “ – Traditionelle oder alternative Wettbewerbe, ein leichtathletischer Dreikampf	5	12
3.2	<i>Laufen über Stock und Stein</i> – Ausdauerschulung im Gelände	6	12
3.3	„ <i>Wir laufen bis nach Istanbul</i> “ – Kooperatives Ausdauertraining mit einem Klassenziel	6	10
Ende Erprobungsstufe			
3.4	„ <i>Da ist mehr drin!</i> “ – Wir verbessern unsere leichtathletischen Fertigkeiten im Laufen (Sprint und Ausdauer) und Springen	7	15
3.5	„ <i>Das habe ich noch nie gemacht!</i> “ – Vertiefung Hochsprung (Flop) oder Einführung in den Hürdenlauf als leichtathletische Disziplin	8	12
3.6	„ <i>Wir messen uns selbst in einem selbstzusammengestellten Wettkampf</i> “ – Einen leichtathletischen Mannschaftswettbewerb planen, durchführen und auswerten	9	15
3.7	Ausdauer Peep-Test	9	12
3.8	„ <i>Das habe ich noch nie gemacht!</i> “ – Kugelstoßen oder Einführung in den Hürdenlauf als leichtathletische Disziplin	10	12
Ende Sekundarstufe I			97 UE

BF/SB 4 – Bewegen im Wasser - Schwimmen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
4.1	<i>Kunststücke im Wasser</i> – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen	5	10
4.2	<i>„Ich will besser werden!“</i> – In einer Gleichzugtechnik (Brust) mit Start und Wende sicher schwimmen können	5	10
4.3	<i>Ganz schön aus der Puste?!</i> – Mit Freude ohne Unterbrechung ausdauern schwimmen können	5	10
4.4	<i>Wasserspringen und Tauchen ohne Angst und Übermut</i> – Durch vielfältige Sprünge und verantwortungsbewusstes Tauchen seine Grenzen ausloten	5	10
Ende Erprobungsstufe			
4.5	<i>Das kann ich schon!</i> - Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen	7	10
4.6	<i>Ich will besser werden!</i> – In einer Wechselzugtechnik (Kraul) mit Start und Wende sicher schwimmen können	7	12
4.7	<i>Ganz schön aus der Puste?!</i> – Mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd schwimmen können	7	12
4.8	<i>Wasserspringen und Tauchen ohne Angst und Übermut</i> – Durch vielfältige Sprünge und verantwortungsbewusstes Tauchen seine Grenzen ausloten	7	10
Ende Sekundarstufe I			84 UE

BF/SB 5 – Bewegen an Geräten - Turnen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
5.1	Rolle, Handstand, Rad – Grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen	5	12
5.2	Locker-flockig drüber! – Effektive Hindernisüberwindung als Einstieg in die Sportart <i>Le Parkour</i>	6	10
Ende Erprobungsstufe			
5.3	Nur Fliegen ist schöner! – Einführung in das Synchronspringen mit dem Minitrampolin	7	18
5.4	Akrobatische Kunststücke – Eine Partner- und Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren und bewerten	8	15
5.5	Schwingen und um die Stange drehen – Sicher an den schwingenden Ringen und am schulterhohen Reck turnen	9	15
5.6	L'art du déplacement oder "Die Kunst des Fortbewegens" – Effektive Hindernisüberwindung im Le Parkour	10	16
Ende Sekundarstufe I			86 UE

BF/SB 6 – Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
6.1	<i>Rhythm is it!</i> – Erarbeitung und Präsentation einer einfachen Ballkorobicskür	5	10
6.2	<i>Jumping all over the world</i> – Erarbeiten, präsentieren und bewerten von Choreographien in einer Gruppe am Beispiel von Jumpstye	6	12
Ende Erprobungsstufe			
6.3	<i>Step dich fit!</i> – Rhythmische Gestaltung in Verbindung mit Fitness durch Aerobic	8	12
6.4	<i>Klassik ist schick</i> – Erlernen der Standardtänze in einer Tanzschule	10	16
Ende Sekundarstufe I			50 UE

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

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Min.)
7.1	„ Ab in den Korb! “ – Vermittlung der Basketballspielidee nach dem spielgemäßen Konzept	5	10
7.2	Mit dem Partner mit- und gegeneinanderspielen! – Einfache Aufgaben in Partnerspielen taktisch sicher und regelgerecht bewältigen	6	12
Ende Erprobungsstufe			
7.3	„ Ich kann im Team mit- und gegeneinanderspielen! “ – Einfache Aufgaben in Mannschaftsspielen taktisch sicher und regelgeleitet bewältigen (Basketball)	7	10
7.4	Erst gut aussehen, dann gut spielen! – Streetball	8	18
7.5	Mit dem Partner mit- und gegeneinanderspielen! – Komplexe Aufgaben in Partnerspielen taktisch sicher und regelgerecht bewältigen	8	15
7.6	„ Ich kann im Team mit- und gegeneinanderspielen! “ – Komplexe Aufgaben in Mannschaftsspielen taktisch sicher und regelgeleitet bewältigen (Basketball)	9	18
7.7	Vom Mini zum Midi – Vom 2-2 bis hin zum 4-4 im Volleyball	10	14
Ende Sekundarstufe I			94 UE

BF/SB 8 – Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wassersport

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
8.1	Gleiten mit Rollen – Kennenlernen und Erfahren verschiedener Roll- und Gleitgeräte in der Turnhalle, auf dem Schulhof, auf der Wasserskianlage, in der Skihalle	7	12
8.2	Olympia wir kommen – Durchführung unterschiedlicher Gleitsportdisziplinen sowie nordischer Winterdisziplinen in der Turnhalle, auf dem Schulhof und in der Skihalle	8	10
8.3	Laufen lassen – Gleiten, Rollen, Fahren auf verschiedenen Untergründen	10	12
Ende Sekundarstufe I			34 UE

BF/SB 9 – Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
9.1	„Wir kämpfen sportlich fair!“ – Normgebundene Zweikampfformen unter Einhaltung der Regeln erproben, erarbeiten und reflektieren	6	10
Ende Sekundarstufe I			10 UE

2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

Die Grundlagen für die Vereinbarungen zur Leistungsbewertung im Sportunterricht sind § 48 SchulG, § 6 APO-S I sowie die Angaben in Kapitel 3 *Lernerfolgsüberprüfung und Leistungsbewertung* des Kernlehrplans.

Die Fachkonferenz konkretisiert die im Kernlehrplan vorgegeben Anforderungen und Kriterien auf schulinterner Ebene für einzelne Jahrgangsstufen und einzelne Bewegungsfelder auf der zweiten Seite einer jeden UV-Karte. Damit schaffen wir innerhalb der gegebenen Freiräume sowohl eine Transparenz der Bewertung wie auch eine Vergleichbarkeit der Anforderungen.

Die Leistungsbeurteilung orientiert sich dabei am spezifischen Lernvermögen unserer Schülerinnen und Schülern und an den im Lehrplan ausgewiesenen Kompetenzerwartungen mit den jeweils beschriebenen Zielsetzungen eines Unterrichtsvorhabens (UV-Kartenvorderseite).

Neben den punktuellen Leistungen am Ende eines UVs berücksichtigen wir insbesondere auch die unterrichtsbegleitenden Prozesse und die dort gezeigten Leistungen (UV-Kartenrückseite). Es ist darauf hinzuweisen, dass nicht jedes Unterrichtsvorhaben mit einer punktuellen Leistungsüberprüfung abgeschlossen werden *muss*; als Beispiel seien hier die Unterrichtsvorhaben aus dem BF2 zum *Sozialen Lernen* genannt.

Lehrerinnen und Lehrer berücksichtigen bei der Bewertung von Leistungen in Abhängigkeit der für das Unterrichtsvorhaben festgelegten pädagogischen Perspektive folgende Dimensionen (vgl. Kloos et al., 2007 nach Feth, 2016, S. 14):

1. **Die Motorische Dimension:** Sportunterricht folgt dem Primat der Bewegung. Aus diesem Grund steht die Motorik bzw. Bewegung im Vordergrund. Hier muss jedoch noch in zwei Bezugsnormen unterschieden werden:
 - a) **Normativer Bezug** (z.B. „Schafft die Schülerin oder Schüler den Sprung über ein Hindernis?“)
 - b) **Individueller Bezug** (Intra-individuelle Leistungsfortschritte einer einzelnen Schülerin bzw. eines einzelnen Schülers)
2. **Die kognitive Dimension:** Vor allem im Bereich der Sachkompetenz und in den Reflexionsphasen sollen Beiträge der Schülerinnen und Schüler in die Leistung einfließen.
3. **Die sozial-affektive Dimension:** Sportunterricht bietet neben motorischen und kognitiven Aspekten ein hohes Maß an Anlässen für soziale Interaktion. Das Verhalten in solchen Situationen soll bei der Leistungsbewertung angemessen berücksichtigt werden.

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

I. Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen“:

Die von Schülerinnen und Schülern erbrachten Leistungen im Fach Sport der Sekundarstufe I werden dem Beurteilungsbereich „*Sonstige Leistungen im Unterricht*“ zugeordnet. Dabei handelt es sich im Einzelnen um sportpraktisches Handeln sowie mündliche und vereinzelt schriftliche Beiträge, die hinsichtlich ihrer Qualität, Quantität und Kontinuität erfasst und beurteilt werden. Ergänzt werden diese Beiträge durch das Handeln bzw. das Verhalten, die die o.g. *sozial-affektive Dimension* betreffen (z.B. Auf- und Abbau, Verhalten Mitschülerinnen und Mitschülern gegenüber etc.)

Die Leistungsbewertung bezieht sich sowohl in der Erprobungsstufe wie auch im weiteren Laufe der Sekundarstufe I jeweils auf **alle** Bewegungsfelder und Sportbereiche. Dabei weist die Partitur unserer Schule die Verteilung der Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Jahrgangsstufen aus. Die Länge der einzelnen UV ist abhängig von der Anzahl und Komplexität der einzelnen Kompetenzerwartungen, was wiederum die Gewichtung der einzelnen UV im Gesamtkontext der Leistungsbeurteilung beeinflusst.

Bewertung unter Berücksichtigung aller Kompetenzbereiche

Der Sportunterricht in der Sekundarstufe I ist dem Unterrichtsprinzip der reflektierten Praxis verpflichtet. Die Verteilung bzw. Gewichtung der einzelnen Kompetenzbereiche spiegelt sich im **Aufbau der jeweils ersten Seite der UV-Karte** wider: Die linke Seite der UV-Karte ist den Erwartungen der Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz vorbehalten. Sie bilden die Grundlage und den Ausgangspunkt für die Entfaltung der Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz (rechte Seite der UV-Karte):

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

Hintergrundwissen und der erlebten sportlichen Wirklichkeit, wobei das kriteriengeleitete Beurteilen im Mittelpunkt steht.

Bewertung vor dem Hintergrund sportbezogener Verhaltensdimensionen (*hauptsächlich auf sozial-affektive Dimension zu beziehen*)

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

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

II. Formen der Leistungsüberprüfung

In unserem Leistungskonzept ist eine Vielfalt von Möglichkeiten zur Leistungsüberprüfung vorgesehen. Alle Formen der Leistungsbewertung im Sportunterricht bieten zum einen den Schülerinnen und Schülern differenzierte individuelle Rückmeldungen über das Erreichen von Zielsetzungen und ermöglichen zum anderen den Lehrkräften, Konsequenzen für das weitere pädagogische Handeln im Unterricht abzuleiten. Den einzelnen UV-Karten sind die Formen und Beurteilungskriterien auf der zweiten Seite zu entnehmen.

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

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

- qualitativ bewertbaren sportpraktischen Bewegungshandlungen (z.B. Aufwärmen, Spielhandlungen, Turniere, Demonstration taktisch-kognitiver Fähigkeiten und technisch-koordinativer Fertigkeiten),

- qualitativ bewertbaren sportbezogenen Darstellungsleistungen (z.B. Präsentationen, Choreografien) und
- sportmotorischen Testverfahren zur Überprüfung quantitativ messbarer Leistungen (z.B. Fitness- und Ausdauertests)

als auch auf **weitere Beiträge im Unterricht (kognitive Dimension)** und hier besonders auf

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

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

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

Welche Formen der Leistungsbewertung in den einzelnen Unterrichtsvorhaben besonders relevant werden, ist durch die Aussagen zur Leistungsbewertung auf den Rückseiten der UV-Karten festgelegt.

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

3. Glossar

a) Pädagogische Perspektive:

- Beschreiben grundsätzlich, unter welchem Schwerpunkt bzw. Akzent ein Unterrichtsvorhaben gestaltet werden soll und was Schülerinnen und Schüler bei sportlichen Bewegungen erfahren und lernen sollen. Sie bieten darüber hinaus eine Antwort auf die Frage, inwiefern sich im Schulsport die Entwicklung Heranwachsender in einer Weise fördern lässt, die kein anderes Fach ersetzen kann

b) Inhaltsfeld

- Die sechs Inhaltsfelder folgen sehr eng den pädagogischen Perspektiven und konkretisieren bewegungsfeldübergreifend die inhaltlichen Schwerpunkte der

pädagogischen Perspektiven. Bei der Erstellung eines UVs werden in Abhängigkeit vom jeweils gewählten Inhaltsfeld die einzelnen Erwartungen im Bereich der Sach-, Methoden und Urteilskompetenz aufgegriffen und konkretisiert.

c) Bewegungsfeld

- Um im Gegensatz zu älteren und starrerem Lehrplanversionen den Lehrplan offener zu gestalten und die Vielfalt, den Wandel und die Entwicklung des außerschulischen Sports zu berücksichtigen, wurde der Schulsport um die Jahrtausendwende in insgesamt neun Bewegungsfelder eingeteilt:
 - Die Bewegungsfelder 1 und 2 sind als **sportbereichsübergreifende Bewegungsfelder** von grundlegender Bedeutung für die Entwicklungsförderung und gleichzeitig aber auch „Voraussetzung für die Arbeit in den Inhaltsbereichen 3 bis 9“.
 - Die Bewegungsfelder 3 bis 9 werden als **Bewegungsfelder und Sportbereiche** bezeichnet. Sie bilden die zweite Ebene ab und tragen jeweils zweiteilige Überschriften (z.B. *Laufen, Springen, Werfen* – Leichtathletik). Dabei soll der erste Teil (vor dem Gedankenstrich) die prinzipielle Offenheit des Bewegungsfeldes andeuten, der zweite Teil (nach dem Gedankenstrich) stellt den Bezug zu außerschulischen Sportbereichen her (Stibbe & Aschenbrock, 2007, S. 182).

d) **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz** (s. Kapitel 2.3, S. 124)

e) **Sachkompetenz** (s. Kapitel 2.3, S. 125)

f) **Methodenkompetenz** (s. Kapitel 2.3, S. 125)

g) **Urteilskompetenz** (s. Kapitel 2.3, S. 125)

4. Literatur

- **Feth, C.** (2016). Benotungspraxis von Sportlehrkräften – Rekonstruktion von Benotungsstrategien im Sportunterricht. Dissertation: Bochum.
- **MSW NRW** [Minsiterium für Schule und Weiterbildung Nordrhein-Westfalen] (Hrsg). (2019). Kernlehrplan für das Gymnasium - Sekundarstufe I in Nordrhein-Westfalen – Sport. Frechen: Ritterbach.
- **MSWF NRW** [Ministerium für Schule, Wissenschaft und Forschung des Landes Nordrhein-Westfalen] (Hrsg). (2001). Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe I - Gymnasium in Nordrhein-Westfalen. Frechen: Ritterbach Verlag.
- **Stibbe, G. & Aschenbrock, H.** (2007). Lehrpläne Sport. Grundzüge der sportdidaktischen Lehrplanforschung. Hohengehren: Schneider.