

| Bewegungsfeld/Sportbereich 1.1 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|------------------------------------|--------------|-------------------|------------------|---------------------|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | A, D | 05 | 9 | | 1 |

Thema des UV: Sich zusammen anstrengen und Spaß haben. Bewegungsintensive Lauf-, Fang- und Staffelspiele spielen sowie Entspannung lernen

Kompetenzerwartungen: BWK 1.2, 1.3. MK 1.1, UK 1.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- ihre Leistungsfähigkeit (z. B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen zeigen und grundlegend beschreiben. Die Schüler können eine grundlegende Entspannungstechnik angeleitet ausführen und sowie die hervorgerufenen Wirkungen beschreiben

Methodenkompetenz:

- allgemeine Aufwärmprinzipien (Allgemeine Erwärmung, Dehnen, funktionelle Kräftigung) allein und in der Gruppe anwenden

Urteilskompetenz:

- ihr individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien beurteilen

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: (leitend/ergänzend): a 1, 2; d 1

Angabe des 1. Inhaltsfeldes a

- Wahrnehmung und Körpererfahrung
- Informationsaufnahme und Verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Angabe des 2. Inhaltsfeldes d

- Faktoren sportliche Leistungsfähigkeit (u.a. psychische Leistungsvoraussetzung wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1

Thema des UV 1.1.: Sich zusammen anstrengen und Spaß haben. Bewegungsintensive Lauf-, Fang- und Staffelspiele spielen sowie Entspannung lernen (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung |
|--|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Läufe unter dem Aspekt RAUM • Objekt- und Körpergleichgewicht erproben • Körpersignale wahrnehmen und begreifen • Fitness verbessern • das eigene Lauftempo einschätzen • eine Entspannungstechnik angeleitet ausführen (Tennisball-Massage) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Raumwege (lang, kurz, diagonal, parallel usw.) • Gleichgewicht, Balance • Anspannung - Entspannung • Puls, Herzfrequenz | <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsaufgaben stellen • Erproben und Experimentieren in Kleingruppen <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arbeitskarte • Kooperation: Aspekte des gemeinsamen Laufens berücksichtigen • Körpersignale verstehen | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • 8er-Lauf/Spirale/Kreis/etc.. • Laufen UM - ÜBER - DURCH - DRUNTER - MIT • Objekte sicher balancieren mit Stab, Keule, Ball. etc. • sich sicher über Hindernisse bewegen • unterschiedliche Fang- und Staffelspiele • Risikosprints (Lit. Dieter Brodtmann: „Sportunterricht in Bewegung „ S. 67) • Tennisball-Massage | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kreativität • Aus- und Durchführungsqualität • Einsatzbereitschaft <p><i>punktuell</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität • Variationsvielfalt • Bewertung der biologischen Kenntnisse |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 1.1 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|------------------------------------|--------------|-------------------|------------------|---------------------|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | A, F | 06 | 6 | | 2 |

Thema des UV: Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten – Allgemeines Aufwärmen, funktionsgerecht und strukturiert durchführen

Kompetenzerwartungen: BWK 1.1, MK 1.1, UK 1.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- sich unter Anleitung sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktions-gymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an ausgewählten eigenen Körperreaktionen wahrnehmen und steuern Leistungsfähigkeit

Methodenkompetenz:

- allgemeine Aufwärmprinzipien (Allgemeine Erwärmung, Dehnen, funktionelle Kräftigung) allein und in der Gruppe anwenden

Urteilskompetenz:

- ihr individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien beurteilen

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: (leitend/ergänzend): a 1, f 1, f 2

Angabe des 1. Inhaltsfeldes a

- Wahrnehmung und Körpererfahrung

Angabe des 2. Inhaltsfeldes f

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe
- grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1

Thema des UV 1.2.: Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten - Allgemeines Aufwärmen, funktionsgerecht und strukturiert durchführen (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung |
|---|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Körpersignale wahrnehmen und begreifen • Laufen und Spielen als unterschiedliche Möglichkeiten der Vorbereitung • Dehntechniken kennen und ausführen lernen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Funktionsgerechte Elemente benennen und zentrale Bewegungsmerkmale beschreiben • Körperfunktionen (HerzKreislauf, HF...) benennen | <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungs- und Aufwärmaufgaben stellen • Erproben in Kleingruppen <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arbeitskarte • Kooperation: Aspekte des gemeinsamen Laufens und Aufwärmens berücksichtigen • Körpersignale verstehen | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Laufen mit Musik • Unterschiedliche Lauf tempi erproben • Laufen mit Kleingeräten • unterschiedliche Fang- und Staffelspiele • Kleingeräte (Seil, Reifen, Ball...) mit funktioneller Gymnastik kombinieren | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aus- und Durchführungsqualität • Einsatzbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität • Bewertung der biologische Kenntnisse |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 1.1 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|------------------------------------|--------------|-------------------|------------------|---------------------|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | A, F | 07 | 8 | | 3 |

Thema des UV: Sport ist so vielseitig! – Sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten

Kompetenzerwartungen: BWK 2.1, 2.2; MK 2.1; UK 1.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- sich selbstständig funktional - allgemein und in Ansätzen sportartspezifisch - aufwärmen und entsprechende Prozesse grundlegend planen sowie dabei die Intensität des Prozesses an den Körperreaktionen wahrnehmen und steuern
- ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen unter Anleitung weiterentwickeln und dies in einfachen sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen

Methodenkompetenz

- Elemente eines Aufwärmprozesses (z.B. Kräftigungs- und / oder Dehnübungen) nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten

Urteilskompetenz:

- ihr individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: (leitend/ergänzend): a 1, 2; d 1

Angabe des 1. Inhaltsfeldes a

- Wahrnehmung und Körpererfahrung
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Angabe des 2. Inhaltsfeldes d

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1

Thema des UV 1.2.: Sport ist so vielseitig! - Sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • zielgerichtet auf unterschiedliche Bewegungsaufgaben aufwärmen • Dehntechniken sportartspezifisch ausführen • Aufwärmprogramme entwickeln und anleiten • Aufwärmprogramme anhand vorgegebener Kriterien beurteilen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Funktionsgerechte Elemente und zentrale Bewegungsmerkmale benennen • Kenntnisse über Körperfunktionen (Herz-Kreislauf, HF...) und Muskelgruppen • Unterscheidung: Allgemeine und sportartspezifische Aufwärmung • Kriterien für ein Aufwärmprogramm (Dauer, Intensität, Funktionalität, Spaß) | <ul style="list-style-type: none"> • Lern- und Übungswege mit Zielrichtung entwickeln (Lernaufgabe) • Erarbeiten und Durchführen in Kleingruppen • Erarbeiten der Kriterien im Plenum <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arbeits- und Hilfefkarten • Aufstellung im Raum • Auswertungsbogen, Zielscheibe u.a. | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spezielles Aufwärmen mittels Zielsportgerät • Aufwärmen mit Hilfsmitteln (Pylonen, Markierungen, Bänken, Matten; Kästen) • Auswertung mit Hilfsmittel, z.B. Zielscheibe | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft • Kooperation <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufwärmprogramm (Planung und Durchführung) nach vorgegebenen Kriterien beurteilen (Dauer, Intensität, Funktionalität, Spaß) • Schüler bewerten Schüler mittels Auswertungsbogen, Zielscheibe u.a. |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 1.1 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|------------------------------------|--------------|-------------------|------------------|---------------------|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | A, F | 08 | 6 | | 4 |

Thema des UV: Wie fit bin ich? Wie werde ich besser? – seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings sowie eine weitere Entspannungstechnik kennen und anwenden

Kompetenzerwartungen: BWK 2.2, 2.3; MK 2.2; UK 2.1, 2.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen unter Anleitung weiterentwickeln und dies in einfachen sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen
- eine komplexere Entspannungstechnik (z.B. progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Yoga) unter Anleitung ausführen und deren Funktion, Aufbau und Wirkung beschreiben

Methodenkompetenz

- grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten in Ansätzen beschreiben

Urteilskompetenz:

- ihr individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen
- gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale grundlegend beurteilen

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: (leitend/ergänzend): a 1, 2; d 1, f 2, 3

Angabe des 1. Inhaltsfeldes a

- Wahrnehmung und Körpererfahrung
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Angabe des 2. Inhaltsfeldes d

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)

Angabe des 3. Inhaltsfeldes f

- grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung
- Unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1

Thema des UV 1.2.: Wie fit bin ich? Wie werde ich besser? – seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings sowie eine weitere Entspannungstechnik kennen und anwenden (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung |
|---|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Laufen mit unterschiedlichen Zeitvorgaben (10, 15, 20 min) • Zeitschätzläufe • Fitnessstest zu Beginn und am Ende der UE (z.B. Coopertest, Münchener Fitnessstest u.a.) • Progressive Muskelentspannung (siehe Anhang) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausdauer, Kondition • Training (Wiederholung, Regelmäßigkeit, Dauer usw.) • Anspannung - Entspannung | <ul style="list-style-type: none"> • Lern- und Übungswege mit Zielrichtung entwickeln (Lernaufgabe) • Erarbeiten und Durchführen in Kleingruppen / Partnerarbeit • Leistungsgleiche und -unterschiedliche Zusammensetzung in der PA | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einschätzung der eigenen Fitness (z.B. Borg Skala) • Läufe unterschiedlicher Länge und Dauer • Progressive Muskelentspannung | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Coopertest (Verbesserung der individuellen Leistung ist wichtiger, als die objektive Laufleistung) • Zeitläufe |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 1.1 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|------------------------------------|--------------|-------------------|------------------|---------------------|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | D, F, A | 09 | 10 | | 5 |

Thema des UV: Wie bereite ich mich gezielt für spezifische Sportarten vor und nach? – selbstständig spezifische Aufwärmmethoden für ausgewählte Sportarten anwenden und im „Cool down“ passende Entspannungsmethoden einsetzen

Kompetenzerwartungen: BWK 3.1, 3.2, 3.3; MK 3.1, 3.2; UK 3.1, 3.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- sich selbstständig funktional - allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen undentsprechende Prozesse funktionsgerecht planen
- ausgewählte Faktoren der Leistungsbereitschaft (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in komplexeren sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen
- unterschiedliche Entspannungstechniken (z.B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben

Methodenkompetenz

- ein Aufwärmprogramm nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten
- grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung der Leistungsfaktoren (u.a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen

Urteilskompetenz:

- ihr individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen beurteilen
- gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: (leitend/ergänzend): d 1, 2; f 2, 3; a 1

Angabe des 1. Inhaltsfeldes a

- Wahrnehmung und Körpererfahrung

Angabe des 2. Inhaltsfeldes d

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
- Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

Angabe des 3. Inhaltsfeldes f

- grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung
- Unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1

Thema des UV 1.2.: Wie bereite ich mich gezielt für spezifische Sportarten vor und nach? – selbstständig spezifische Aufwärmmethoden für ausgewählte Sportarten anwenden und im „Cool down“ passende Entspannungsmethoden einsetzen (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung |
|--|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Eigenständige Erwärmung • Anleitung des Aufwärmens • Unterschiedliche Entspannungstechniken anwenden und beurteilen (Tennisballmassage, progressive Muskelentspannung) • Sport als Instrument zur Verbesserung der Gesundheit • Beurteilung von gesundheitlich fragwürdigen Körperidealen und Verhaltensweisen (Extreme) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeines - spezifisches Aufwärmen • Muskelgruppen benennen können • Anspannung - Entspannung • | <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine und Sportartsspezifische Aufwärmprogramme erarbeiten • Erarbeiten und Durchführen in Partnerarbeit • <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • • | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungssammlung „warm up“ • Übungssammlung „cool down“ • | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diskussion und Beurteilung unterschiedlicher Aufwärm- und Entspannungsformen • Einsatzbereitschaft • Erkennen von gesundheitlich fragwürdigen Körperidealen und Verhaltensweisen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufwärmprogramm anleiten • Entspannungsübung anleiten |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 2 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. -Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|----------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i> | E | 5 | 9 | BF | 1 |

Thema: Wir spielen miteinander – Kleine Spiele strukturiert spielen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten ansatzweise situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden. (1)
- einfache Bewegungsspiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele – auch eigenverantwortlich – fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Gelingenbedingungen benennen und erläutern. (2)

Methodenkompetenz (MK)

- einfache Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z. B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern. (1)

Urteilskompetenz (UK)

- Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten. (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e 1, e 2, e 3, e 4, a 1, a 3, f 1 (leitend; ergänzend)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- **Mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**
- **Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)**
- **(Spiel-) Regeln und deren Veränderungen reflektieren (3)**
- **Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (4)**

Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- **Grundlegende Aspekte motorischen Lernens (3)**

Gesundheit (f)

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF Nr.2

Thema des UV Nr. 2.1: Wir spielen miteinander – Kleine Spiele strukturiert spielen (9 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Spiele initiieren, organisieren und aufrecht erhalten • Spielregeln kennen lernen • Ggf. Sicherheitsvorgaben <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Merkmale eines Spiels • Spielvariablen (Spielerzahl, Spielfeld, Material,...) • Spielidee und Spielregeln • Fair Play • Kleine Spiele vs Sportspiele | <ul style="list-style-type: none"> • Großgruppe <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielbeschreibung | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele: Wurfspiele (Jägerball, Ball über die Schnur,...), Schussspiele (z.B. Kegelfußball,..), Staffelspiele, etc. • Spielvariablen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielbezeichnungen • Materialbezeichnungen | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leistung und Leistungsbereitschaft in Spielphasen - Fair-Play-Verhalten - Motorische Effektivität <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation (und ggf. Organisation) eines Spiels <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - verständliche Vorstellung/ Beschreibung - Eingehen auf Rückfragen |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 2 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i> | E | 6 | 9 | BF | 2 |

Thema: Das kenne ich, das wäre doch was für uns- Ein geeignetes Spiel vorstellen, organisieren und gemeinsam hinsichtlich der Eignung für die gegebenen Rahmenbedingungen bewerten

Kompetenzerwartungen: BWK 2, BWK 3, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- einfache Bewegungsspiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele - auch eigenverantwortlich - fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Gelingensbedingungen benennen und erläutern. (2)
- Kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und Regeln - orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial - selbstständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen. (3)

Methodenkompetenz (MK)

- einfache Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z. B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) - auch außerhalb der Sporthalle - initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern.

Urteilskompetenz (UK)

- Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e 1, e 4, f 1 (leitend; ergänzend)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- **Mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**
- **Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u. a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (4)**

Gesundheit (f)

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: **BF Nr.2**

Thema des UV Nr. 2.2: Das kenne ich, das wäre doch was für uns- Ein geeignetes Spiel vorstellen, organisieren und gemeinsam hinsichtlich der Eignung für die gegebenen Rahmenbedingungen bewerten (9 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Veränderung der Rahmenbedingungen von bekannten Lauf-, Wurf-, Fangspielen und deren Präsentation • Reflexion der Spielvariationen anhand festgelegter Kriterien <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kriterien • Spielregeln • Fair Play | <ul style="list-style-type: none"> • Variation von Kleinen Spielen hinsichtlich der Spielregeln, Spielzeit, Mannschaftszusammensetzung, des Raumes und des Spielgerätes (etc.) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • evtl. Bewertungsbogen | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lauf-, Wurf-, Fangspiele, etc. • Regeltypen • Beurteilungskriterien für kleine Spiele <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Raumregeln, Personenregeln, Zeitregeln, Handlungsregeln, Inventarregeln, moralische Regeln | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mitarbeit und Verhalten in Reflexionsphasen - Umgang mit festgelegten Kriterien - Leistung und Leistungsbereitschaft in Spielphasen - Fair-Play-Verhalten - Motorische Effektivität <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation, Erläuterung und Organisation des bekannten Spiels <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - verständliche Vorstellung/ Beschreibung - Eingehen auf Rückfragen - Abdecken/ Vollständigkeit der notwendigen Aspekte |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 2 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. -Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|----------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i> | E | 7 | 8 | BF | 3 |

Thema: Spiele- Baukasten - Neue Spiele entwickeln

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Ausgewählte, spielübergreifende technisch- koordinative Fertigkeiten sowie taktisch- kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden (1)*
- *In unterschiedlichen Spielen nach vorgegebenen Kriterien mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln (2)*

Methodenkompetenz (MK)

- *Ausgewählte Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u.a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) - auch außerhalb der Sporthalle - initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern (1)*

Urteilskompetenz (UK)

- *Spiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele grundlegend beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e1, e2, e3, e4, a1 (leitend; ergänzend)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- **Mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**
- **Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)**
- **(Spiel-) Regeln und deren Veränderungen (3)**
- **Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u. a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (4)**

Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: **BF Nr.2**

Thema des UV Nr. 2.3: Baukasten- Spiele – Spiele selbst entwickeln (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Entwerfen von neuen Spielen unter Berücksichtigung bestimmter Vorgaben (z. B. Materialien, Raum, etc.) • Präsentation und Durchführung der Spielideen • Reflektion und Bewertung anhand festgelegter Kriterien <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kriterien • Spielregeln • Fair Play | <ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit • Festlegen von Kriterien • Umgang mit Bewertungsbogen <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertungsbogen | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Spielgeräte und weitere Materialien (Bänke, Kästen, Seile, Reifen, etc.) • Variation der Mannschaftsbildung (Jungs vs Mädchen; Groß vs Klein; etc.) • Unterschiedliche Raumaufteilung in der Halle • Beurteilungskriterien (z.B. Eindeutigkeit von Regeln, Aktivitätsmöglichkeiten der Mitspieler, Kreativität,...) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • (Ggf. für Spielgeräte) | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Mitarbeit in Gruppenarbeits- und Reflexionsphasen – Mitarbeit und Verhalten in der Arbeitsgruppe <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Präsentation , Erläuterung und Organisation sowie Eignung des selbst entwickelten Spiels <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Durchführbarkeit/ Praktikabilität und Kreativität des Spiels – Präsentation – Einhalten der Vorgaben |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 2 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. -Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|----------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i> | E | 8 | 10 | BF | 4 |

Thema: Ein unbekanntes Spiel entdecken – technisch- koordinative sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten z.B. im Ultimate Frisbee, Hockey, Handball

Kompetenzerwartungen: BWK 1, MK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Ausgewählte, spielübergreifende technisch- koordinative Fertigkeiten sowie taktisch- kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden (1)*

Methodenkompetenz (MK)

- *Ausgewählte Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern (1)*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e1, e2, e4 (leitend; ergänzend)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- **Mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**
- **Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)**
- **Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u. a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (4)**

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: **BF Nr.2**

Thema des UV Nr. 2.4: Ein unbekanntes Spiel entdecken – technisch- koordinative sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten
z.B. im Ultimate Frisbee, Hockey, Handball (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Heranführen an das Zielspiel durch Spielformen, deren technisch- taktische Anforderungen dem ausgewählten Sportspiel ähneln • Erproben von Spielzügen mit reduzierter Spielerzahl/ reduzierter Anforderung • Sicherheitsregeln kennen und beachten • Reduktion/ Anpassung der offiziellen Spielregeln <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Z.B. Lauf-, Passspiel • Z.B. Uni-Hockey, Bully | <ul style="list-style-type: none"> • Übungsformen in PA und GA • Spielformen zur Taktikschulung (vom Einfachen zum Komplexen) • Stationsbetrieb (z.B. Passen, Dribbling, Torschuss beim Hockey) • Individuelles Üben von Techniken (z.B. Schlag-, Sprungwurf, Fallwurf) <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Differenzierung • Z.B. Gassenaufstellung | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungen zur Techniks Schulung (Passen, Fangen, Dribbling, Torwurf/ Torschuss ...) • Spiele zum Passen, Fangen, Freilaufen (z.B. Zehnerfangen, Tchoukball, etc.) • Handball- Varianten (z.B. Stangentorhandball, Linien- Handball, etc.) • Varianten von Endlinien- Hockey ohne Gegnerkontakt (mit einem/ zwei Bällen; 4/6 Spieler; versch. Aufstellungen,...) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techniken (z.B. Schlag-, Sprungwurf, Fallwurf, Bodenpass, Dribbling, Schlenzen, ...) • Spielregeln (z.B. Schritt-, Foulregel, Fußfehler, Schlägerhaltung, etc.) • Spielfeldmarkierungen | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - In Unterrichtsgesprächen (Bewegungsbeschreibungen, Gebrauch von Fachbegriffen, etc.) - Spielbeobachtung <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technik und Taktik in jeweiliger Spielform - Eigenverantwortliche Durchführung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technikdemonstration <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale der jeweiligen Technik - Bewegungsfluss - Bewegungspräzision |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 2 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. -Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|----------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i> | E | 9 | 8 | BF | 5 |

Thema: Spiele aus anderen Kulturen spielen und verstehen (z.B. Baseball, Flag Football)

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Komplexe spielübergreifende technisch- koordinative Fertigkeiten sowie taktisch- kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden (1)*
- *In unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln (2)*
- *Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund selbständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen (3)*

Methodenkompetenz (MK)

- *Komplexe Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) - auch außerhalb der Sporthalle - initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern (1)*

Urteilskompetenz (UK)

- *Spiele - auch aus anderen Kulturen oder dem Behindertensport - hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen (1)*
- *Heterogenitätsdimensionen (körperliche Voraussetzungen, Geschlecht, Leistungsunterschiede, soziokulturelle Hintergründe) erkennen und beurteilen (2)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e1, e2, a1, a3 (leitend; ergänzend)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- **Mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**
- **Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)**
- **(Spiel-) Regeln und deren Veränderungen reflektieren (3)**
- **Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (4)**

Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF Nr.2

Thema des UV Nr. 2.5: Spiele aus anderen Kulturen spielen und verstehen (z.B. Baseball, Flag Football) (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Einführung der grundlegenden Techniken und Fertigkeiten • Einfache Lauf- und Passspiele erarbeiten und durchführen • Erproben von unterschiedlichen LaufROUTINEN • Sicherheitsregeln kennen und beachten <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regeln • Offensive/ Defensive | <ul style="list-style-type: none"> • Stationsbetrieb • Gruppenarbeit • Regelanpassung an räumliche Gegebenheiten • Individuelles Üben von Bewegungsabläufen (vom Einfachen zum Komplexen) • <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Differenzierung | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Techniken (Passen, Fangen, Laufen mit Ball, Flagge abreißen, Schlagen von ruhendem/ zugeworfenen Ball,...) • LaufROUTINEN (Fly, Out, Corner, Curl,...) • Spielzüge • Spielpositionen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Z.B. Center, Quarterback, Running, Receiver • Z.B. Touch down | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielbeobachtung (situationsangemessene Umsetzung der erlernten technischen Elemente) - Einsatz beim Arbeiten in der Gruppe - Gebrauch von Fachbegriffen in Unterrichtsgesprächen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Techniküberprüfung <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale <p>Oder:</p> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielverständnis <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Umsetzung von ausgewählten Spielzügen |

| Bewegungsfeld/ Sportbereich 3.1 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. - Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV |
|--|---|---------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Laufen, Springen, Werfen- Leichtathletik | A, D | 5 | 6 | |

Thema: *Schnell und/oder langsam laufen*

Kompetenzerwartungen: BWK 1, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Grundlegende technische-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden*

Methodenkompetenz (MK)

- *Leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die individuelle Gestaltung des Lauftempo bei einer Ausdauerleistung anhand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung*

Bewegungsgestaltung (b)

- *Variation von Bewegungen (u. a. Räumlich, zeitlich, dynamisch)*

Leistung (d)

- *Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. Physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)*

Gesundheit (f)

- *Grundlegende Aspekte* der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Thema des UV Nr. 3.1: Schnell und/oder langsam laufen (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Individuelle anaerobe/aerobe Belastung wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen - Variation der Laufgeschwindigkeit an die Anforderungen - Merkmale körperlicher Reaktionen bei ausdauerndem und schnellem Laufen benennen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aerob - anaerob | <ul style="list-style-type: none"> - Beobachtungsbogen zu eigenen Stärken und Schwächen bei unterschiedlichen Lauftempi <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fang- und Laufspiele - Läufe mit Tempowechsel - Mannschaftsläufe (z.B. 6 Tage Rennen) | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Einsatzbereitschaft ○ Durchhaltevermögen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sprintleistung (Vgl. BJS) ▪ Ausdauerleistung: Intervallläufe (1Min laufen, 1 Min Pause, 2 Min laufen, 1 Min. Pause,...) <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Laufen ohne Unterbrechung ○ schnell Laufen |

| Bewegungsfeld/ Sportbereich 3.2 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. - Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV |
|--|---|---------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Laufen, Springen, Werfen- Leichtathletik | A, D | 5 | 6 | |

Thema: *Große Sprünge machen - Springen in seiner Vielfalt anwenden*

Kompetenzerwartungen: BWK 1, MK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung, Wurf) ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden*

Methodenkompetenz (MK)

- *Leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen*

-

Urteilskompetenz (UK)

-

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 Laufen, Springen, Werfen

Thema des UV Nr. 3.2: Große Sprünge machen – Springen in seiner Vielfalt anwenden (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Individuelle Leistungsfähigkeit erkennen und verbessern - unterschiedliche Zielsetzungen bei Sprüngen erkennen - Faktoren der „Sprungleistung“ erfahren und erkennen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Absprung - Flugphase - Landung | <ul style="list-style-type: none"> - Stationen Lernen - Partner/Teamarbeit <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stationen Lernen (Schülerinfo) - Selbstständiges Lernen | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sprünge über Hindernisse - Spiele mit Sprüngen (Hindernislauf) - Weitsprung - Mehrfachsprünge | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Kooperationsbereitschaft ○ Lernbereitschaft/-tempo ○ <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Weitsprungleistung ▪ Mehrfachsprungleistung <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Sprungweite |

| Bewegungsfeld/ Sportbereich 3.3 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. - Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV |
|--|---|---------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Laufen, Springen, Werfen- Leichtathletik | | 6 | 9 | |

Thema: *Ganz schön aus der Puste? - mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd laufen können*

Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Beim Laufen eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA bis zu 10 Minuten) gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit - erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben*

Methodenkompetenz (MK)

- *Leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen*
- *grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die individuelle Gestaltung des Lauftempos bei einer MZAleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung*

Leistung (d)

- *Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. Physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)*
- *Methoden zur Leistungssteigerung*
- *Differenziertes Leistungsverständnis (relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -*

bewertung)

Gesundheit (f)

- Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV Nr. 3.3: Ganz schön aus der Puste? - mit Freude ausdauernd laufen können (9 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Individuelle anaerobe / aerobe Belastung wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen - Anpassen der Laufgeschwindigkeit an die individuelle Leistungsfähigkeit - Merkmale körperlicher Reaktionen bei ausdauerndem laufen benennen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aerob - anaerob | <ul style="list-style-type: none"> - Stationen Lernen - Beobachtungsbogen zu körperlichen Merkmalen beim ausdauerndem Laufen - Bewegungstagebuch (z.B. 1 Woche) <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stationen Lernen - Beobachtungsbogen | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Runden-, Streckenläufe - Zeitläufe - Staffelläufe | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Leistungsbereitschaft ○ Durchhaltevermögen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ nicht normierte MZAleistung erbringen <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Laufen ohne Unterbrechung |

| Bewegungsfeld/ Sportbereich 3.4 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. - Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV |
|--|---|---------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Laufen, Springen, Werfen- Leichtathletik | D, A | 7 | 4 | |

Thema: *Weit werfen...gar nicht so schwer - wie weites Werfen gelingen kann*

Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- Leichtathletische Disziplinen (u. a. Sprint Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigniveau individuell oder teamorientiert ausführen

Methodenkompetenz (MK)

- Leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen
-

Urteilskompetenz (UK)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Leistung (d)

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. Physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 Laufen, Werfen, Springen - Leichtathletik

Thema des UV Nr. 3.4: Weit werfen...gar nicht so schwer - wie weites Werfen gelingen kann (4 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Grundlegende biomechanische Prinzipien beim weiten Werfen erkennen und anwenden - Einstellen auf unterschiedliche Wurfgeräte <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anlauf, Ausholbewegung, Wurfbewegung, Ausschwing, | <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsanalyse und -korrektur <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beobachtungskriterien | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Werfen, Stoßen, Schleudern - unterschiedliche Wurfgeräte - Weit- und Zielwerfen | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Kenntnis der Bewegungskriterien ○ Bewegungsbeobachtung ○ Anwenden der Bewegungskriterien <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Wurfleistung (nach klasseninternen Kriterien) <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Wurfleistung |

| Bewegungsfeld/ Sportbereich 3.5 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. - Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV |
|--|---|---------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Laufen, Springen, Werfen- Leichtathletik | D, E | 7 | 5 | |

Thema: Höher, schneller, weiter - einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen

Methodenkompetenz (MK)

- *Grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden*

Urteilskompetenz (UK)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Leistung (d)

- Differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und Bewertung)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
- Regeln und deren Veränderungen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Thema des UV Nr. 3.5: Höher, schneller, weiter – einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen : (5 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Sinnvolle Wettkampfregeln erstellen - Wettkampfregeln einhalten - eigenverantwortliches Training | <ul style="list-style-type: none"> - Eigenverantwortliches Üben (Trainingsplan) - wechselnde Aufgaben/Funktionen <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trainingsplan (vereinfacht als Zeitplan) | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Laufen, werfen, springen | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> o Regelkunde, Regeln entwickeln o Einzelleistungen o Kampfrichterfunktionen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mehrkampfleistung <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> o normierte Leistungen (Bundesjugendspiele) |

| Bewegungsfeld/ Sportbereich 3.6 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. - Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV |
|--|---|---------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Laufen, Springen, Werfen- Leichtathletik | D, E | 8 | 6 | |

Thema: Weitsprung lernen - eine Technik erfahren, verstehen und anwenden

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) leichtathletischer Disziplinen ausführen und erläutern sowie für das Aufwärmen nutzen*
- *leichtathletische Disziplinen auf grundlegendem Fertigniveau individuell und teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen*

Methodenkompetenz (MK)

- *Unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die eignedisziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:

Leistung (d)

- *Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)*
- *Methoden zur Leistungssteigerung*

Kooperation und Konkurrenz (e)

- *Mit- und Gegeneinander*
- *Regeln und deren Veränderung*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV Nr. 3.6: Weitsprung lernen - eine Technik erfahren, verstehen und anwenden (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Biomechanische Prinzipien des Weitsprungs - Technikmerkmale der Hangsprungtechnik erarbeiten und anwenden - Wettkampfregeln kennen und beachten <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hangsprungtechnik - Anlauf, Absprung, Flug, Landung | <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beobachtungskriterien - Eigenanalyse | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - freie (Weit-)Sprungstechniken - Hangsprungtechnik - Wettkampfregeln | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Leistungsentwicklung ○ Regelkenntnisse ○ Technikmerkmale <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ genormte Weitsprungleistung (Bundesjugendspiele) <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Weite |

| Bewegungsfeld/ Sportbereich 3.7 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. - Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV |
|--|---|---------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Laufen, Springen, Werfen- Leichtathletik | <i>C, D, A</i> | 8 | 6 | |

Thema: *Das habe ich noch nie gemacht!* - Kugelstoßen als neue Herausforderung annehmen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, MK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-kordinativen Fertigniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch) erfassen*

Urteilskompetenz (UK)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung*

Leistung (d)

- *Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. Physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)*
- *Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 Laufen, Werfen, Springen - Leichtathletik

Thema des UV Nr. 3.7: Das hab ich noch nie gemacht - Kugelstoß als neue Herausforderung annehmen (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Wichtige biomechanische Prinzipien kennen - Sicherheitsregeln kennen und beachten - Bewegungsmerkmale der Rückenstoßtechnik kennen und anwenden - Bewegungskorrekturen umsetzen - Kenntnis/Beachtung der Wettkampfregele <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausgangsstellung, Angleiten, Stoßauslage, Ausstoßbewegung, Abfangen - optimaler Beschleunigungsweg, optimale Flugbahn | <ul style="list-style-type: none"> - Beobachtungsbogen zu technischen Merkmalen für die Partnerarbeit <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fremdbeobachtung - Selbsteinschätzung, -beurteilung | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entwicklung des Kugelstoßens - Entwicklung der Kugelstoßtechnik (eventuell auch Drehstoßtechnik) | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> o Einsatzbereitschaft o Regel- und Technikenntnisse o Bereitschaft zum eigenständigen Training <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Technik ▪ Stoßweite <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> o Bewegungsmerkmale o Weite |

| Bewegungsfeld/ Sportbereich 3.8 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. - Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV |
|--|---|---------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Laufen, Springen, Werfen- Leichtathletik | D, E | 9 | 6 | |

Thema: Was soll ich üben? - individuelle Voraussetzungen in Übungsstunden berücksichtigen (als Vorbereitung auf die Bundesjugendspiele)

Kompetenzerwartungen: BWK 2, BWK 4, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- Leichtathletische Disziplinen auf grundlegendem Fertigniveau individuell und teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen
- einen leichtathletischen Mehrkampf unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen und unter Berücksichtigung von Interessens- und Leistungsunterschieden variieren

Urteilskompetenz (UK)

- Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:

Leistung (d)

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. Physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
- Differenziertes Leistungsverständnis

Kooperation und Konkurrenz (e)

- Mit- und Gegeneinander
- (Spiel-) Regeln und deren Veränderungen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV Nr. 3.8: Was soll ich üben? - individuelle Voraussetzungen in Übungsstunden berücksichtigen (als Vorbereitung für die Bundesjugendspiele) (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale wiederholen - Leistungsstärken und -schwächen erkennen - in Übungsgruppen eigenverantwortlich üben <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wettkampfregeln | <ul style="list-style-type: none"> - Partnerarbeit und Gruppenarbeit <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sprint, Wurf/Stoß und Weitsprung - Wettkampfregeln | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Leistungsentwicklung ○ Regelkenntnisse ○ Gruppen- und Partnerarbeit ○ Einhalten der Sicherheitsregeln <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ genormte Dreikampfleistung <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Zeit, Weite |

| Bewegungsfeld/ Sportbereich 3.9 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. - Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV |
|--|---|---------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Laufen, Springen, Werfen- Leichtathletik | | 9 | 6 | |

Thema: *Fit und Gesund! Ausdauerndes Laufen systematisch verbessern*

Kompetenzerwartungen: BWK 3

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 30 Minuten) gesundheitsorientiert- ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit- erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben.*

Methodenkompetenz (MK)

Urteilskompetenz (UK)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperation und Konkurrenz (e)

- *Mit- und Gegeneinander*

Leistung (d)

- *Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen)*
- *Differenziertes Leistungsverständnis*

Gesundheit (f)

- *Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 laufen, werfen, Springen - Leichtathletik

Thema des UV Nr. 3.9: Fit und gesund! - ausdauerndes Laufen systematisch verbessern (6Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Zusammenhang von Ausdauerleistung und Herz-Kreislauf-Leistungsfähigkeit kennen - Trainingsmethoden der Ausdauer kennen und anwenden - Puls als Orientierung für das Lauftempo <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dauer-, Intervall-, Wettkampfmethode - Ruhepuls, Maximalpuls, optimale Pulsfrequenz | <ul style="list-style-type: none"> - Individuelles Training - leistungsbezogenes Kleingruppentraining <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zeitläufe - Streckenläufe - Als Gruppe laufen - Laufen mit Musik | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Leistungsbereitschaft ○ Kenntnisse der Zusammenhänge ○ Kooperationsbereitschaft ○ Leistungsentwicklung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ausdauerleistung nach Zeit, die ohne Unterbrechung gelaufen wurde <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Laufzeit |

| Bewegungsfeld/ Sportbereich 3.10 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. - Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV |
|--|---|---------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Laufen, Springen, Werfen- Leichtathletik | <i>C, D, A</i> | 10 | 7 | |

Thema: *Das habe ich noch nie gemacht!* - Hochsprung als neue Herausforderung annehmen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, MK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-kordinativen Fertigniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch) erfassen*

Urteilskompetenz (UK)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung*

Leistung (d)

- *Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. Physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)*
- *Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 Laufen, Werfen, Springen - Leichtathletik

Thema des UV Nr. 3.10: Das hab ich noch nie gemacht - Hochsprung als neue Herausforderung annehmen (7 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Wichtige biomechanische Prinzipien kennen - Bewegungsmerkmale des Straddle und/oder Flops kennen und anwenden - Bewegungskorrekturen umsetzen - Kenntnis/Beachtung der Wettkampfregeln <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anlauf, Absprung, Flug, Landung - Körperschwerpunkt | <ul style="list-style-type: none"> - Beobachtungsbogen zu technischen Merkmalen für die Partnerarbeit (oder Videoaufzeichnung) <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fremdbeobachtung - Selbsteinschätzung, -beurteilung | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entwicklung der Hochsprungtechnik - Eigene Hochsprungstechniken (ohne Regelvorgaben) | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> o Einsatzbereitschaft o Regel- und Technikenkenntnisse o Bereitschaft zum eigenständigen Training <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Technik ▪ Sprunghöhe ▪ individuelle Wertung (Sprunghöhe - Körpergröße) <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> o Bewegungsmerkmale o Höhe |

| Bewegungsfeld/ Sportbereich 3.11 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. - Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV |
|--|---|---------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Laufen, Springen, Werfen- Leichtathletik | D, E | 10 | 8 | |

Thema: *Einen Orientierungslauf im Gelände planen und durchführen*

Kompetenzerwartungen: BWK 4, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Einen weiteren leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und angemessenen Wettkampfverhaltens vorbereiten und durchführen*

Methodenkompetenz (MK)

- *Leichtathletische Wettkampfregeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperation und Konkurrenz (e)

- *Organisation von Sport- und Spielgelegenheiten*
- *Mit- und Gegeneinander*

Leistung (d)

- *Methoden zur Leistungssteigerung*
- *Differenziertes Leistungsverständnis*

Gesundheit (f)

- Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung

Ab sprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 Laufen, Werfen, Springen - Leichtathletik

Thema des UV N. 3.11: Einen Orientierungslauf im Gelände planen und durchführen (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Regeln eines Orientierungslaufs erarbeiten - Merkmale eines Orientierungslaufs erarbeiten - einen Orientierungslauf in einer Gruppe erstellen und organisieren - die eigene Planungsleistung reflektieren - einen Orientierungslauf durchführen <p>Fachbegriffe</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Gruppenarbeit in Planung und Durchführung - als Team laufen <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Orientierungslauf - Karten, Orientierungspunkte, GPS | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Einsatz/Ideen in Planung und Durchführung ○ Reflexionsbereitschaft, Kritikfähigkeit, Flexibilität <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ (schriftliche) Planung und Durchführung eines Orientierungslaufes <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Durchführbarkeit, Ideen, Nutzen der Möglichkeiten |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 4.1 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV - Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---------------------------------------|---|---------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Bewegen im Wasser - Schwimmen | A | 5 | 10 | | |

Schwimmen wie die Fische - grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, MK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare *Gesetzmäßigkeiten* erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen (1)

Methodenkompetenz (MK)

- einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten.(1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, a 3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 4.1)

Thema des UV 4.1 : „Schwimmen wie die Fische - grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen“ (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|--|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Angst bewältigen • Wahrnehmungserfahrungen unter Wasser • Physikalische Einwirkungen auf den Körper erfahren (z.B. Druck, Auftrieb) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auftrieb • Wasserwiderstand | <ul style="list-style-type: none"> • Lernen an Stationen (SuS achten gegenseitig aufeinander) • Erproben und Experimentieren von verschiedenen Übungen zur Wasserbewältigung | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unter Wasser ausatmen/ sprechen • Durch das Wasser laufen und schwimmen • Sich tragen/ treiben lassen • Gleiten in Rücken- und Bauchlage • Sich absinken lassen und unter Wasser aufhalten <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Baderegeln | <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement, Bereitschaft Ängste zu überwinden und sich auf neue Erfahrungen einzulassen • Zunehmende Sicherheit im Wasser <p>punktuell: Gleitphasen Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 4.2 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV - Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--------------------------------|------------------------------------|--------------|---------------------|------------------|---------------------|
| Bewegen im Wasser - Schwimmen | A | 5 | 12 | | |

Sicher und flüssig Brustschwimmen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen (1)
- eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen (2)

Methodenkompetenz (MK)

- einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten (1)
- Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden (2)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, a 3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)

- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 4.2)

Thema des UV 4.2 : „Sicher und flüssig Brustschwimmen“ (12 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|---|---|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Den Vortrieb des Beinschlags erfahren • Die Wirksamkeit des Armzuges entdecken • Atemtechnik • Rhythmische Verbindung von Arm- und Beinbewegung • Start und Wende <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gleichzugtechnik | <ul style="list-style-type: none"> • Partnerkorrektur mit Hilfe von Lernkarten • Einsatz von Schwimmhilfen • Teillernmethode <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partnerkorrektur • Beobachtungsbogen | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Brustbeinschlag und -armzug üben und vertiefen • Atmen sinnvoll einbinden • Startsprung und Wende <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beinschlag • Armzug • Beinschere | <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fähigkeit, den Partner zu korrigieren • Fähigkeit, die Partnerkorrekturen umzusetzen • Verhalten beim selbstständigen Arbeiten <p>punktuell: Demonstration des Brustschwimmens (Start + Wende)</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 4.3 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV - Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---------------------------------------|---|---------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Bewegen im Wasser - Schwimmen | A C | 5 | 8 | | |

Wasserspringen ohne Angst und Übermut! - durch vielfältige Sprünge seine Grenzen ausloten

Kompetenzerwartungen: BWK 4, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen (4)

Methodenkompetenz (MK)

- einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten (1)
- Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden (2)

Urteilskompetenz (UK)

- Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, c 1, c 2, c 3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Wagnis und Verantwortung (c)

- Spannung und Risiko (1)

- Emotionen (z.B. Freude, Frustration, Angst) (2)
- Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung) (3)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 4.3)

Thema des UV 4.3 : „Wasserspringen ohne Angst und Übermut! – durch vielfältige Sprünge seine Grenzen ausloten“ (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fuß- und Kopfsprünge aus 1m und 3m Höhe • Spaßsprünge • Startsprung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheitsregeln | <ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren verschiedener Sprünge • Individuelles Üben mit Arbeitskarten <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arbeitskarten | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Weit und hoch springen • Unterschiedliche Körperlagen im Raum einnehmen • Partnersprünge • Startsprung, Kopfsprung, Schraube, Kerze <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Startsprung • Kopfsprung • Fußsprung | <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vielseitiges Üben beim individuellen Arbeitsprozess • Einhalten der Sicherheitsregeln • Sich auf Unbekanntes einlassen <p>punktuell: Sprungdemonstration</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsausführung • Schwierigkeitsgrad |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 4.4 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV - Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---------------------------------------|---|---------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Bewegen im Wasser - Schwimmen | A C | 5 | 6 | | |

Tauchen wie Robby die Robbe! - sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen.

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 4, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare *Gesetzmäßigkeiten* erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen (1)
- das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen (4)

Methodenkompetenz (MK)

- einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten (1)

Urteilskompetenz (UK)

- Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 3, c 2, c 3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Wagnis und Verantwortung (c)

- Emotionen (z. B. Freude, Frustration, Angst) (2)

- Handlungssteuerung (u. a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung) (3)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 4.4)

Thema des UV 4.4 : „Tauchen wie Robby die Robbe! – sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen“ (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|---|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres Bewegen unter Wasser • Orientieren unter Wasser • Tief und weit tauchen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Druckausgleich • Hyperventilieren • Sicherheitsregeln (Gesundheitsaspekte) | <ul style="list-style-type: none"> • Je nach Aufgabenstellung Lernen an Stationen oder Einzelbetreuung | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tauchen durch Reifen • Tauchen nach <i>Gegenständen</i> • Tauchspiele <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auftrieb • Absinken | <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheitsregeln einhalten • Engagement und Anstrengungsbereitschaft <p>punktuell: Abnahme im Rahmen des Schwimmbabzeichens Bronze</p> |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 4.5 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV - Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---------------------------------------|---|---------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Bewegen im Wasser - Schwimmen | D F | 6 | 12 | | |

Fit und leistungsstark - in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können.

Kompetenzerwartungen: BWK 3, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit - erbringen (3)

Urteilskompetenz (UK)

- Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: d 1, d 2, d 3, f 2, f 3

Leistung (d)

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)
- Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) (2)
- Differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)

Gesundheit (f)

- Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)
- unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (3)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 4.5)

**Thema des UV 4.5 : „Fit und Leistungsstark – in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können“
(12 Stunden)**

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • ausdauernd schwimmen trainieren • ökonomisch schwimmen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausdauer | <ul style="list-style-type: none"> • In leistungshomogenen Gruppen schwimmen • Alleine, mit Partner und in Gruppen ausdauernd schwimmen | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • 200m - Schwimmen • Staffeln • Gruppenwettkämpfe • Spiele mit Ausdauerschwerpunkt • Rückenschwimmen als Regeneration | <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuelle Fortschritte der Ausdauerleistungsfähigkeit • Geschwommene Strecke • Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation zeigen <p>punktuell: 200m schwimmen</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zeit • Abnahme Bronze-Abzeichen |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 4.6 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV - Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---------------------------------------|---|---------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Bewegen im Wasser - Schwimmen | A | 6 | 28 | | |

Kraulschwimmen wie die Weltmeister

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und Rückenlage sicher anwenden (1)
- eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimmtechniken beschreiben, einzelnen Phasen zuordnen und in ihrer Funktion erläutern (2)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, a3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 4.6)

Thema des UV 4.6 : „Kraulschwimmen wie die Weltmeister“ (28 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|--|---|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vortrieb des Beinschlags erfahren • die Wirksamkeit des Armzugs entdecken • rhythmische Verbindung von Arm- und Beinbewegung • Atemrhythmus • Start und Wende <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wechselzugtechnik • Teillernmethode | <ul style="list-style-type: none"> • Selbst- und Fremdbeobachtung • Fehlerkorrektur mithilfe von Beobachtungsbögen • Einsatz von Schwimmhilfen • Teillernmethode | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kraulbeinschlag erlernen und üben • Kraularmzug erlernen und üben • verschiedene Atemrhythmen erproben • den eigenen Schwimmstil finden | <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsmerkmale erkennen und beschreiben <p>punktuell: Präsentation des Kraulschwimmens</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 4.7 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV - Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--------------------------------|------------------------------------|--------------|---------------------|------------------|---------------------|
| Bewegen im Wasser - Schwimmen | D F | 6 | 8 | | |

Das eigene Schwimmtraining indiv. gestalten - sich Ausdauerziele setzen und diese beharrlich verfolgen.

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und Rückenlage sicher anwenden (1)
- eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimmtechniken beschreiben, einzelnen Phasen zuordnen und in ihrer Funktion erläutern (2)
- eine Langzeitausdauerbelastung (LZA I bis 30 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit - erbringen (3)

Methodenkompetenz (MK)

- grundlegende Merkmale ausdauernden Schwimmens erläutern und sich auf eine zu erbringende leistungs- oder gesundheitsbezogene Ausdauerfähigkeit beim Schwimmen selbstständig vorbereiten (1)

Urteilskompetenz (UK)

- die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z. B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: d 1, d 2, f 2, f 3

Leistung (d)

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)
- Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) (2)

Gesundheit (f)

- Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)
- unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (3)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 4.7)

Thema des UV 4.7 : „Das eigene Schwimmtraining individuell gestalten - sich Ausdauerziele setzen und diese beharrlich verfolgen (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|--|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • ausdauernd schwimmen • Wahrnehmungserfahrungen unter Wasser • Physikalische Einwirkungen auf den Körper erfahren (z.B. Druck, Auftrieb) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mittelzeitausdauer • Langzeitausdauer | <ul style="list-style-type: none"> • Individualisierung des Unterrichts auf der Suche nach eigenen sinnvollen Zielen • Intervalltraining als Trainingsmethode | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • verbessern der Gleitphase • sinnvollen Atemrhythmus finden • individuelle ökonomische Bewegungskoordination entwickeln | <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft und Durchhaltevermögen • Länge der geschwommenen Strecke <p>punktuell: Gleitphasen</p> <ul style="list-style-type: none"> • 30 min Schwimmen |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 4.8 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV - Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---------------------------------------|---|---------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Bewegen im Wasser - Schwimmen | A F | 7 | 14 | | |

Sich selbst und andere retten können - Gefahren im Wasser sicher begegnen.

Kompetenzerwartungen: BWK 4, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- Maßnahmen zur Selbstrettung und einfache Formen der Fremdrettung benennen, erläutern und anwenden (4)

Urteilskompetenz (UK)

- die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z. B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, f 1, f 2, f 3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Gesundheit (f)

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)
- Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)
- unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (3)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 4.8)

Thema des UV 4.8 : „Sich selbst und andere retten können – Gefahren im Wasser sicher begegnen“ (14 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Maßnahmen zur Selbstrettung • Fremdrettung unter Vorbehalt der eigenen Sicherheit <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheitsregeln | <ul style="list-style-type: none"> • Gruppenpuzzle; sich gegenseitig verschiedene Abschlepp- und Grifftechniken erläutern und demonstrieren • selbständiges üben und trainieren in Kleingruppen | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Toter Mann“ • Rückenschwimmen als Erholung • Abschleppen verschiedene Techniken • Kleiderschwimmen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abschlepp- und Grifftechniken | <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gefahren der Fremdrettung benennen • Abschlepp- und Grifftechniken benennen und erläutern können <p>punktuell: 25m abschleppen</p> |

Evtl. Juniorretterabzeichen

| Bewegungsfeld/Sportbereich 4.9 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV - Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---------------------------------------|---|---------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Bewegen im Wasser - Schwimmen | A D | 7 | 12 | | |

„Ich will besser werden!“ - in Rückenkrault- und Brustschwimmtechnik mit Start und Wende sicher schwimmen können.

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und Rückenlage sicher anwenden (1)
- eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimmtechniken beschreiben, einzelnen Phasen zuordnen und in ihrer Funktion erläutern (2)

Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte: a 1, a 2, a 3, d 1, d 2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Leistung (d)

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)
- Methoden zur Leistungssteigerung (2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 4.9)

Thema des UV 4.9 : „Ich will besser werden! – in Rückenraul- und Brustschwimmtechnik mit Start und Wende sicher schwimmen können“ (12 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|---|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • verschiedene Koordinationsübungen • Brustschwimmen verbessern • Rückenschwimmen erlernen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grob- und Feinform von Bewegungen | <ul style="list-style-type: none"> • Selbst- und Fremdbeobachtung • Fehlerkorrektur mithilfe von Beobachtungsbögen | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • koordinative Übungen; Drehwurm, 4er-Stilwechsel • Abschlagschwimmen Brust • Technik Rückenraul, Orientierung • Start und Wende | <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten zeigen • Bewegungsmerkmale erläutern • Hilfsbereitschaft und Engagement beim Verbessern von MitschülerInnen <p>punktuell: Präsentation des Brust- und Rückenraulschwimmens</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 5 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. -Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|-------------------------------------|---|----------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Turnen | A D/B | 5 | 20 | BF | 1 |

Thema: Sich vielfältig bewegen an Geräten

Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Bewegungselemente erfahren, erproben und trainieren*
- *Elementare Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten ausführen, fließend verbinden und präsentieren*
- *Eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrechterhalten, technisch-koordinative Grundanforderungen bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben*

Methodenkompetenz (MK)

- *Den Auf- und Abbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbstständig organisieren und kooperativ durchführen*
- *Grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen beschreiben und situationsgerecht anwenden*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die individuelle Gestaltung / Präsentation nach ausgewählten Kriterien (z.B. Schwierigkeitsgrad, Ausführungsqualität) bewerten*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1-3, d 1, 3, b - 2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*
- *Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen*
- *Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens*

Leistung (d)

- *Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit*
- *Differenziertes Leistungsverständnis*

Bewegungsgestaltung (b)
Variationen von Bewegung

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF Nr. 5 Turnen

Thema des UV Nr. 5.1: Vielfältig an Geräten turnen (20 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Vielfältig und sicher an Geräten turnen • Körperspannung entwickeln und beibehalten, Orientierungsfähigkeit verbessern • Gleichgewicht halten • Formgebundenes Turnen • Bewegungsverbindungen individuell gestalten • Vertrauen und Selbstvertrauen entwickeln <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technische Elemente benennen und zentrale Bewegungsmerkmale beschreiben | <ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Gerätearrangements zur Optimierung grundlegender Fertigkeiten • Entwicklung einer Bewegungslandschaft / Bewegungsbaustelle • Turngeräte sicher auf-und abbauen; Sicherheitsexperte <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperativ Hilfen geben • Sicherheitsbewusstes Verhalten im Übungsprozess | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bodenturnen: Rolle vw, rw,, Kopfstand, Handstand, Rad • Balancieren auf Seilen, Bänken, Barrenholmen / Reck, Schwebebalken • Stützsprünge an Sprunggeräten, Reutherbretterfahrten | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ästhetische Akzente - Kleine Kunststücke anstreben - Harmonische Bewegungsausführung - Könnenserlebnisse sichern - Vertrauen, Selbstvertrauen, Zuverlässigkeit bei Anwendung der Hilfestellung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Übungsverbindung an Geräten / Gerätekombinationen <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausführungsqualität, Schwierigkeitsgrad |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 5 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|-------------------------------------|---|---------------------|------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| Turnen | A C/D | 6 | 6 | BF 1 | 2 |

Thema: Turnen wie Tarzan – Klettern, Hangeln und Schwingen am Seil/Reck/Barren/Ringen/Trapez

Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten
- technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (Hängen, Schwingen, Landen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben
- elementare Bewegungsformen und grundlegende Bewegungsfertigkeiten an den Turngeräten ausführen

Methodenkompetenz (MK)

- den Auf- und Abbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbstständig organisieren und kooperativ durchführen
- in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderndes Verhalten benennen und anwenden

Urteilskompetenz (UK)

- Die turnerische Präsentation einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z.B. Schwierigkeitsgrad, Ausführungsqualität) bewerten

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a-1, c-1, d-1

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Wagnis und Verantwortung (c)

- Spannung und Risiko

Leistung (d)

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (Kraft, Schnelligkeit, Koordination)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF Nr. 5 Turnen

Thema des UV Nr. 5.2: Turnen wie Tarzan (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Körperspannung entwickeln und beibehalten, Orientierungsfähigkeit verbessern • den Körper durch richtigen Schwungeinsatz vor und zurück schwingen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technische Elemente benennen und zentrale Bewegungsmerkmale beschreiben | <ul style="list-style-type: none"> • Turngeräte sicher auf- und abbauen; Sicherheitsexperte • umsichtig und verantwortungsbewusst handeln • Sicherheitsregeln erstellen und anwenden • Lernen an Stationen: <ul style="list-style-type: none"> A. Klettern, Hangeln und Schwingen an Tauen B. Schwingen an Ringen, am Trapez, am Hochreck <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheitsbewusstes Verhalten im Übungsprozess • eigenverantwortlich Bewegungsmöglichkeiten entwickeln und erproben | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lernen an Stationen: <ul style="list-style-type: none"> A. Durch „Tipp-Schwingen“ (2-Schritt-Bodenkontakt) in Schwung kommen B. Klettern, Hangeln und Schwingen an Tauen C. Schwingen und Schaukeln am Trapez D. Anschwingen aus verschiedenen Positionen, Schwingen am Parallelbarren/Reck | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - harmonische Bewegungsausführung - Bewegungsrhythmus sichern - Wagnis beurteilen - Phantasie , Variationen - Kraftfähigkeit verbessern - Könnenserlebnisse sichern <p>punktuell:</p> <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausführungsqualität, Schwierigkeitsgrad |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 5 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|-------------------------------------|---|---------------------|------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| Turnen | B E/A F | 8 | 8 | BF 6 | 3 |

Thema: Zusammen macht's noch mehr Spaß – mit dem Gekonnten ‚spielen‘, es weiter entwickeln, variieren, neu gestalten

Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden) ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren*
- *gemeinsam (z.B. synchron) eine turnerische Bewältigung von Gerätebahnen und Gerätekombinationen realisieren*

Methodenkompetenz (MK)

- *den Auf- und Abbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbstständig organisieren und kooperativ durchführen*
- *grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen beschreiben und situationsgerecht anwenden*
- *Handlungspläne unter gestalterischen Gesichtspunkten entwerfen*

Urteilskompetenz (UK)

- *die turnerische Präsentation einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z.B. Schwierigkeitsgrad, Ausführungsqualität) bewerten*
- *Bewegungssituationen und Bewegungsarrangements im Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen*
- *Geräteaufbauten unter Sicherheitsaspekten beurteilen*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: b-1,2 e-1,2 a-2 f-1

Bewegungsgestaltung (b)

- *Gestaltungsformen und -kriterien*
- *Variationen von Bewegung (räumlich, zeitlich, dynamisch)*
- *Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 5 Turnen

Thema des UV Nr. 3: Zusammen macht's noch mehr Spaß (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Bewegungsfertigkeiten an einem Gerät weiter entwickeln, variieren und gestalten <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • strukturierte Bewegungen beschreiben (individuelle Ausdrucksfähigkeit und koordinative Leistung) | <ul style="list-style-type: none"> • Ideen sammeln, in der Gruppe abstimmen und eine Checkliste für die Turnkür erstellen • das erworbene Können anwenden und gestalten • umsichtig und verantwortungsbewusst handeln <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • eigenverantwortlich Bewegungsmöglichkeiten entwickeln und erproben • sicherheitsbewusstes Verhalten im Übungsprozess | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundelemente des Bodenturnens erarbeiten (Roll- und Stützbewegungen, Drehungen...) • Übungen in Kombination mit anderen Geräten erproben • räumliche und zeitliche Aspekte koordinieren • den Ablauf der Gruppenaufgabe planen (Anfang - Mittelteil - Schluss) | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen der Bewegungsausführung - Phantasie , Variationen - Ästhetische Akzente <p>punktuell:</p> <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausführungsqualität, Schwierigkeitsgrad - Beobachtungsbogen |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 5 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|-------------------------------------|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Turnen | A, D / B | 9 | 9 | | 5 |

Thema: Mit Sicherheit – Felgbewegungen an Reck und Barren sachgerecht mit Sicherheits- und Hilfestellung turnen

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Turnerische Bewegungen auf der Basis individueller Fähigkeiten normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden*
- *An individuelle Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sachgerecht ausführen*

Methodenkompetenz (MK)

- *Zwischen Bewegungssicherung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und sich verantwortungsbewusst verhalten*
- *Sich aufgabenorientiert verständigen und zuverlässig unterstützen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die eigene Leistung und die Leistung anderer im Lern- und Übungsprozess nach verabredeten Kriterien einschätzen sowie eine Präsentation bewerten*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 2,3 ; d 1,3; b 2 (leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)

- *Informationsaufnahme, -verarbeitung*
- *Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens*

Leistung (d)

- *Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (Koordination, Kraft)*
- *Differenziertes Leistungsverständnis*

Bewegungsgestaltung (b)

- *Variation von Bewegung*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 5 Turnen

Thema des UV Nr. 5.5: Mit Sicherheit - Felgbewegungen an Reck und Barren sachgerecht und situationsbezogen mit Sicherheits- und Hilfestellung turnen (9 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Basiselemente (normiert, nicht normiert) aus unterschiedlichen Positionen am Reck / Stufenbarren und Parallelbarren mit Hilfe- und Sicherheitsstellung üben und festigen • Unterschiede zwischen Hilfe- und Sicherheitsstellung kennen und situationsgerecht anwenden • Phasierung von Felgbewegungen • Bewegungsmerkmale beschreiben <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsphasen: Anschwung / Ausholbewegung, Akzent / Hauptphase, Endphase / Landung beschreiben • Bewegungsanalyse, Bewegungsrhythmus | <ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit, Gruppenarbeit • Einsatz von Lernkarten <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperativ Hilfen geben, sich im Übungsprozess verantwortungsbewusst verhalten • Methodische Wege vom Einfachen zum Komplexen kennenlernen • Gerätehilfen situationsgerecht anwenden und abbauen | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Felgbewegungen, Kehren, Wenden, Auf, Um- Unterschwünge • Auf- und Abgänge an Geräten • Bewegungsverbindung (normierte, nicht normierte Fertigkeiten) erarbeiten • Weiterführend / als Zusatzaufgabe: Synchronturnen z.B. am Parallelbarren | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Könnenserlebnisse sichern • Anstrengungsbereitschaft <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lernfortschritt <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsverbindung am Gerät <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsfluss • Technische Ausführung • Variation, Schwierigkeitsgrad |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 5 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|-------------------------------------|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Turnen | A C/F | 10 | 12 | BF 3, 6 | 6 |

Thema: Le Parkour – Hindernisse kreativ, schnell und sicher überwinden

Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – ausführen und durch die Erhöhung der Komplexität verändern*
- *Objekte und Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren*
- *Merkmale von Bewegungsqualität (Körperspannung, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) auf erweitertem Niveau anwenden und zielgerichtet variieren*

Methodenkompetenz (MK)

- *den Auf- und Abbau von Geräten und Gerätekombinationen selbstständig organisieren und kooperativ durchführen*
- *ihr ästhetisch-gestalterisches Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Bereichen für eine Präsentation nutzen*

Urteilskompetenz (UK)

- *bewegungsbezogene Klischees beim Gestalten, Tanzen, Darstellen kritisch bewerten und beurteilen*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a-2,3 c-1-3, f-1

Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)

- *Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen*
- *Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens*

Wagnis und Verantwortung (c)

- *Spannung und Risiko*
- *Emotionen*
- *Handlungssteuerung*

Gesundheit (f)

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 5 Turnen

Thema des UV Nr. 5.6: Le Parkour – Hindernisse kreativ, schnell und sicher überwinden (12 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Faszination durch Bilder und Vorbilder • Ausprobieren verschiedener Lösungsmöglichkeiten <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Bewegungen („Moves“) des Parkour beschreiben (Lauf-, Sprung-, Stütz-, Überwindungs-, Landungstechniken) | <ul style="list-style-type: none"> • selbstständige Aneignung von Parkour-Elementen mittels Lernkarten bzw. Videobeispielen • umsichtig und verantwortungsbewusst handeln • Lerner- bzw. Lehrerteam <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trainingsstationen aus der Sicht des Lernenden/des Lehrenden • Beobachtungsbogen GA | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsanalyse • Planung und Aufbau einer Trainingsstation (Differenzierungsmöglichkeiten) • Üben der Parkour-Bewegungen • in Workshops den anderen Gruppen den ‚Move‘ vermitteln | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Könnenserlebnisse – Anstrengungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - selbstständiger Aufbau der Trainingsstationen - (Skizze) - Bewegungsfluss in der Gruppe <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Kooperation |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 6 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i> | ABE | 5 | 5 | | UV 1 |

Thema: UV 1: Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen- einfache technisch- koordinative Grundformen

Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Technisch- koordinative Grundformen ästhetisch- gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät (z.B. Ball, Reifen, Seil) ausführen und grundlegend beschreiben*
- *Grundlegende Merkmale von Bew.-qualität (u.a. Körperspannung, Bew.-rhythmus, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/ Musik und Partner/ Partnerin wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (z.B. Gymnastik, Tanz) allein und in der Gruppe in Ansätzen anwenden.*

Methodenkompetenz (MK)

- *Durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewg- und Gestaltungsaufgaben lösen.*

Urteilskompetenz (UK)

- *Einfache ästhetisch- gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: (a1, (b2,3) (c2) (e1) (leitend; ergänzend)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema des UV: *Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen- einfache technisch- koordinative Grundformen: (5 Stunden)*

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Beim Gehen, Laufen, Hüpfen Rhythmusgefühl entwickeln • Konkrete Bewegungsfolgen sicher ausführen • Tempi der Musik richtig umsetzen • Mit dem Partner/Gruppe kooperieren <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Raumrichtung vw. sw. rw. | <ul style="list-style-type: none"> • Gehen,Laufen,Hüpfen in unterschiedlichen Tempi (-Üben im Strom,-nach Zahlen) • Bewegungsfolgen vorstellen, entwickeln und in Partnerarbeit üben • Gestaltungsaufgaben lösen, z.B. Kombination mit Ball, Seil, Reifen) | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beim Laufen, Springen, Hüpfen Rhythmusgefühl entwickeln • Bew.folgen kennenlernen, z.B. gehen -am Ort -vw. sw rw. -in Kombination mit Armbewegungen - Drehungen • Nach verschiedenen Rhythmen/ Musiken eine bestimmte Bewegungsgrundform durchführen und anpassen Allein/ mit Partner/ in der Gruppe Bew.folgen mit Handgerät kombinieren <p>Fachbegriffe: Grundschatz mit Musik (beat) Zählweisen gleich/ gegengleich</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mit dem Partner kooperieren <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration Rhythmusgefühl Synchronität |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 6 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| <i>Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i> | ABCE | 5 | 4 | Turnen | UV 2 |

Thema: UV 2: „Akrobatik“- Verbindung akrobatischer Übungen und Kunststücke durch tänzerische und turnerische Elemente

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Grundlegende Elemente der Bewegungskünste (z.B. Akrobatik) mit PartnerInnen ausführen*

Methodenkompetenz (MK)

- *Durch gezieltes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen.*

Urteilskompetenz (UK)

- *Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, b1,2 c1, e1, f1 (leitend; ergänzend)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema des UV 2: „Akrobatik“- Verbindung akrobatischer Übungen und Kunststücke durch tänzerische und turnerische Elemente

(4 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Vorbereitende Spiele und Übungen • Üben akrobatischer Basistechniken • Bewegungsgestaltungen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körperspannung | <ul style="list-style-type: none"> • PA/ GA beim Üben <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bank • Pferd und Reiter • Turm • Pyramiden | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vorbereitende Spiele und Übungen • Fallenlassen • Blindenlauf • Basistechniken • Verbindungselemente (z.B. Rollen, Tanzschritte) • Demonstration einer Bewegungsgestaltung | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kooperationsbereitschaft - Ausdauer beim Üben <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration der Gestaltungsaufgabe <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungspräzision - Schwierigkeitsgrad |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 6 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i> | ABE | 7 | 5 | UV 1 | UV 3 |

Thema UV 3: Aerobic -Bewegungskombinationen nach Musik

Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Kennenlernen unterschiedlicher Aerobic- Schritte*
- *Entwicklung und Erprobung von unterschiedlichen Aufstellungsformen*
-

Methodenkompetenz (MK)

- *Erarbeitung und Erprobung unterschiedlicher Raumwege/ -richtungen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Bewegungs-und Gestaltungsqualität nach vorgegeben Kriterien beurteilen*
-

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1,2, b1,2, c2, d1, e1 (leitend; ergänzend)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema des UV 3: Aerobic -Bewegungskombinationen nach Musik (5 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Grundschrirte kennenlerren und üben • Rhythmisch variieren • Aufstellungsformen und Raumwege • Schrittlexikon erstellen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Low- High-Impact Bewegung • Beats (Taktschläge) • Schrittlexikon | <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration (Vormachen,Nachmachen) • Üben im Strom • Partnerübung • Gruppenübung • Gestaltungsaufgabe <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • • | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundschrirte <ul style="list-style-type: none"> - March Walk - Low Kick - Step- Touch - Grape vine - Pullback - V- Step - Side to side <ul style="list-style-type: none"> • Rhythmisch variieren <ul style="list-style-type: none"> - High Impact (z.B. Joggen) - Low Impact (z.B. March) <ul style="list-style-type: none"> • Aufstellungsformen <p>Dreieck/ Kreis/ Viereck/ Reihe/ Diagonale/</p> <ul style="list-style-type: none"> • Raumrichtungen <p>vw,rw,sw,Diagonale</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einsatzbereitschaft - Kooperationsfähigkeit - Ausdauer <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Choreographie <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Koordination - Synchronität - Bewegungsfluss |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 6 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. -Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|----------------------|------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| <i>Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i> | ABEF | 7 | 4 | UV 3 | UV 4 |

Thema UV 4: Step Aerobic - eine in Gruppen erarbeitete Choreographie präsentieren und bewerten

Kompetenzerwartungen: BWK , MK 1 , UK

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Grundkenntnisse von Basic-Schritten, Armbewegungen und Aufstellungsformen*
- *Grundkenntnisse verschiedener Trainingsmethoden (Intervall- Ausdauer- High Impact/ Low Impact)*
-

Methodenkompetenz (MK)

- *sich mit PartnerInnen absprechen und gemeinsame Lösungen von komplexeren Gestaltungsaufgaben entwerfen, beschreiben und präsentieren*

Urteilskompetenz (UK)

- *Eine Step-Aerobic- Kombi nach vorgegeben Kriterien beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1 ,2, b1,2, c2, d1, e1 (leitend; ergänzend)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema des UV 4: Step Aerobic- eine in Gruppen erarbeitete Choreographie präsentieren und bewerten: (4 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Aufbau des Steps • Üben der Basic- Schritte • Einzählen • Üben der Armbewegungen/ Ausgangspositionen • Entwicklung der Kombis • Erstellen von Tipp-Karten <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Frontside • Back • Left • Right • Warm up | <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration • PA • GA <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Basis- Schritte <ul style="list-style-type: none"> -March -Step Touch -Basis Step -V-Step • Armbewegungen <ul style="list-style-type: none"> -Walking Arms -Clap Hands - Funky Arms • Ausgangspositionen <ul style="list-style-type: none"> Front Side Back Side Left Side Right Side | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Selbstständigkeit - Ausdauer - Ausführungsqualität - Kooperation in der Gruppe - Hilfsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Choreographie - <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kreativität - Schwierigkeitsgrad - Anzahl der Schritte (ohne March) - Platzwechsel - synchrone Bewegung - flüssiger Ablauf |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 6 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i> | A B E | 8 | 6 | | UV 6 |

Thema UV 6: „Rope Skipping“ - Allein, zu zweit und im Team eine Übungsabfolge mit dem Seil/ Seilen entwickeln, zusammenstellen und präsentieren.

Kompetenzerwartungen: BWK, MK, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *ausgewählte Grundtechnik- auch in der Gruppe - strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern,*
- *in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungstempo, Raumorientierung) - auch in der Gruppe - anwenden und zielgerichtet variieren,*
- *eine Übungsabfolge allein, zu zweit und in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien präsentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern.*

Methodenkompetenz (MK)

- *Ausgehend von den Basics des Seilspringens allein, zu zweit oder in der Gruppe Kompositionen kriteriengeleitet entwickeln und präsentieren, sowie zentrale Ausführungskriterien beschreiben und erläutern.*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, b1,2, e2, (leitend; ergänzend)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema UV 6: „Rope Skipping“ – Allein, zu zweit und im Team eine Übungsabfolge mit dem Seil/ Seilen entwickeln, zusammenstellen und präsentieren. (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Varianten des Springens mit Seilen • Grundlegende Technik erfahren (Basics) • Varianten zeigen, erfinden und erfahren • Bewegungsmerkmale beim Springen • Präsentation • Erstellen von Beobachtungsbögen Fachbegriffe <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsmerkmale | <ul style="list-style-type: none"> • GA Erproben und Experimentieren: <p>Springen mit einem Seil im Stand, im Laufen, abwechselnd</p> <p>Springen mit Variation</p> <p>Springen zu zweit mit 1 Seil/2 Seilen</p> <p>Springen in der Gruppe (1 Seil)</p> <p>Springen in der Gruppe (2 Seile)</p> <p>Laufen mit dem Seil</p> <p>Rhythmisches Laufen</p> <p>Zahlreiche Kombinationen von Laufen durch die Halle und Springen am Ort</p> <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren • Schüler-/Lehrerindemo/-info | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einzeln springen <p>mit und ohne Zwischenhüpfen, auf dem rechten/linken Bein, im Wechsel rechts, links, über Kreuz schwingen, mit Doppeldurchzug, über Kreuz schwingen, Schwingen im Laufen, Rückwärts schwingen, laufen u.s.w.,</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zu zweit mit einem Seil <p>Hintereinander springen, Einer vorwärts/ einer rückwärts, nebeneinander vorwärts laufen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zu zweit mit zwei Seilen u.s.w. • Mit einem langen Seil (Gruppe) u.s.w. • DoubleDutch <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Single Rope • DoubleDutch | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einzeln eine Bewegungsabfolge demonstrieren (laufen/Stand/laufen u.s.w.) - dito zu zweit - dito in der Gruppe - DoubleDutch (außergewöhnlich) <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anzahl der bekannten Varianten - Techn. Ausführungsqualität <p>Die richtige Technik Der Oberkörper ist aufrecht, die Oberarme liegen eng am Körper an, die Schultern sind entspannt. Der Winkel zwischen Ober- und Unterarm beträgt möglichst mehr als 90 Grad. Die Knie sind leicht gebeugt. Sie springen fast ausschließlich auf den Fußballen, und zwar nur so hoch wie nötig. Das Seil hat bei jedem Durchschlag leichten Bodenkontakt.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kreativität_neue Varianten/ Verbindungen |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 6 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. -Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|----------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i> | ABE | 8 | 6 | UV 3 | UV 5 |

Thema: UV 5: BallKoRobics- Koordinationstraining mit Ball, Musik und Aerobic-elementen

Kompetenzerwartungen: BWK 1,2,5 MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *ausgewählte Grundtechniken ästhetisch- gestalterischen Bewegen ausführen, kombinieren, und als Ausgangspunkt für Bewegungshandeln auswählen und variieren.*
- *Objekte und Materialien für das ästhetisch- gestalterische Bewegungshandeln auswählen und variieren*
- *Bewegungsgestaltungen (z.B. Paar- oder Gruppentänze, Fitnesschoreographien) in rhythmischen Strukturen zu Musik- auch in der Gruppe- umsetzen und präsentieren.*

Methodenkompetenz (MK)

- *Sich mit PartnerInnen absprechen und gemeinsame Lösungen von komplexeren Gestaltungsaufgaben entwerfen, beschreiben und präsentieren*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1,3,b1,2,c2,e1 (leitend; ergänzend)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema UV 5: BallKoRobics- Koordinationstraining mit Ball, Musik und Aerobicelementen: (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Kombination von Aerobic-Schritten mit Ballbewegungen • Entwicklung und Erprobung von unterschiedlichen Aufstellungsformen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dreieck • Kreis • Viereck • Reihe • Linie • Diagonale • Raumrichtungen vw,rw,sd,diagonal | <ul style="list-style-type: none"> • GA • Beobachtungsbogen <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Treffen von Absprachen bezüglich der Aufstellungsformen, Raumrichtungen, Bewegungen und Reihenfolge | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • March • Tap- Schritte • Step-Touch (nur die einfachsten Schritte) <ul style="list-style-type: none"> - Armbewegungen - Ball prellen (einhändig/beidhändig) - Ball nach oben werfen und auffangen - Ball vor dem Körper nach li/re schwingen - Ball mit getreckten Armen nach vorn halten u.s.w. | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kreativität - Kooperation <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsformen - Aufstellungsformen - Raumrichtungen |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 6 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. -Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|----------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i> | BDEF | 9 | 9 | UV 3/ UV 4 | UV 7 |

Thema: UV 7: Fit in Form- tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik

Kompetenzerwartungen: BWK 1,4 MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/ Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen- auch in der Gruppe- auf erweitertem Niveau anwenden und zielgerichtet variieren.*
- *Ausgehend von vorgegeben Gestaltungsabsichten -aufgaben und -anlässen eigene Kompositionen (z.B. Fitnesschoreografien in der Gruppe, tänzerische Gruppengestaltung) entwickeln und präsentieren.*

Methodenkompetenz (MK)

- *Ihr ästhetisch- gestalterisches Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Bereichen (z.B. Schulsport, Hobbys, Trends der Jugendkultur,....) für eine Präsentation nutzen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Präsentationen auf der Basis selbst erarbeiteter Kriterien bewerten*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, d 1, d 2, d 3, f 2 (leitend; ergänzend)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema UV 7: Fit in Form- tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik (9 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Circle nach Musik • Fitnessgymnastik nach Musik • Gymnastik mit Gewichten <p style="text-align: center; margin-top: 20px;">Fachbegriffe</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Entsprechende YouTube- Videos im Internet studieren • GA • SUS unterrichten SUS <p style="margin-top: 10px;">Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Circle <p>ein Aufwärmprogramm an das sich Übungen für die allgemeine Athletik anschließen. Beim anschließenden Zirkel werden sämtliche Muskelgruppen des Körpers an verschiedenen Stationen hinsichtlich Ausdauer, Kraft oder Kraftausdauer belastet.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fitnessgymnastik nach Musik <p>Hier werden ein allgemeines Konditionstraining für Einsteiger, einfache Aerobic-Kombinationen sowie gezielte Übungen zur Kräftigung der Bein-, Rumpf- und Armmuskulatur angeboten.</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kooperationsbereitschaft <p>punktuell: Demonstration der Gruppe</p> <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auswahl der Übungen - Musikauswahl - Ausführungsqualität |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 7 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. -Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|----------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i> | ABE | 10 | 5 | | UV 8 |

Thema UV 8: Aktuelle Tanzformen erarbeiten, präsentieren und bewerten (JumpStyle, Breakdance)

Kompetenzerwartungen: BWK 3,4 MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/ Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen- auch in der Gruppe- auf erweitertem Niveau anwenden und zielgerichtet variieren.*
- *Ausgehend von vorgegeben Gestaltungsabsichten- aufgaben und -anlässen eigene Kompositionen (z.B. Fitnesschoreografien in der Gruppe, tänzerische Gruppengestaltung) entwickeln und präsentieren.*
-

Methodenkompetenz (MK)

- *Ihr ästhetisch- gestalterisches Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Bereichen (z.B. Schulsport, Hobbys, Trends der Jugendkultur,....) für eine Präsentation nutzen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Präsentationen auf der Basis selbst erarbeiteter Kriterien bewerten*
- *Bewegungsbezogene Klischees (u.a. Geschlechterrollen) beim Gestalten, Tanzen, Darstellen kritisch bewerten und beurteilen.*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1,3, b,1,2,d,1,f,1 (leitend; ergänzend)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema UV 8: Aktuelle Tanzformen erarbeiten, präsentieren und bewerten (z. B. JumpStyle, Breakdance) (5 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsrepertoire der Schüler (z.B. JumpStyle, Breakdance) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duo Jump • Group Jump | <ul style="list-style-type: none"> • Lernen aus dem Internet • Schüler unterrichten Schüler • Demonstration in Zeitlupe • GA/ PA <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Basicmove <p>-Füße schulterbreit auseinander 2x Sprung auf und ab</p> <p>-Wechselsprung</p> <p>-Doppelklick rechts</p> <p>-Vor- und Rückkick links</p> <p>-Schrittsprung</p> <p>-bei 3.Schritt von vorn beginnen</p> <p>-Endlosschleife</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tricks <p>-z.B.Drehungen</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kooperation - Kreativität <p>punktuell: Präsentation</p> <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kraft - Beweglichkeit - Ausdauer - Tempo |

Hinweis: Video auf: www.jumpstyle-lernen.de

| Bewegungsfeld/Sportbereich 7 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. -Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|----------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i> | ABD | 10 | 5 | | UV 9 |

Thema UV 9: Tänze aus anderen Kulturen kennenlernen, variieren und präsentieren
z. B. Sirtaki, Halay, Standardtänze,

Kompetenzerwartungen: BWK 1,3 MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *ausgewählte Grundtechniken ästhetisch- gestalterischen Bewegens- auch in der Gruppe- ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern.*
- *Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/ Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen- auch in der Gruppe- auf erweitertem Niveau anwenden und zielgerichtet variieren.*

Methodenkompetenz (MK)

- *Ihr ästhetisch- gestalterisches Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Bereichen (z.B. Schulsport, Hobbys, Trends der Jugendkultur,....) für eine Präsentation nutzen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Bewegungsbezogene Klischees (u.a. Geschlechterrollen) beim Gestalten, Tanzen, Darstellen kritisch bewerten und beurteilen.*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1,2, b1,2, e1 (leitend; ergänzend)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema UV 9: Tänze aus anderen Kulturen kennenlernen, variieren und präsentieren (5 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Halay • Sirtaki • Standardtänze (Foxtrott/Wiener Walzer/langsamer Walzer) • Lateintänze (Cha,Cha,Cha/ Rumba/Jive) • Modetänze (Rock and Roll/Salsa/Discofox) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kreisaufstellung • Reihenaufstellung • Handfassung • Schulterfassung | <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration (Schüler) • PA • GA <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erlernen des Grundschriffs Halay/Sirtaki <ul style="list-style-type: none"> - mit re Schritt nach re - li über Kreuz vor re - mit re Schritt nach re - li nachziehen nebenstellen mit re kick zur - li Seite und mit li Kick zur re Seite • Variationen finden <ul style="list-style-type: none"> - bzg. Aufstellungsform - Tempo | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kooperation - Kreativität <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Flüssiger Ablauf - Synchronität |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 7.4 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Spielen in und mit Regelstrukturen - Badminton 1 | E D | 7.1 | 9 | BF 7.6 | |

„Badminton ist nicht Federball!“ Grundlegende Schlagtechniken für ein Spiel mit- und gegeneinander beherrschen

Kompetenzerwartungen: BWK 7.1, 3, 5 MK 7.1+2, MK 2, UK 7.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- (7.1) in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen
- (7.3) sich in einfachen Handlungssituationen taktisch angemessen verhalten
- (7.5) das Partnerspiel in vereinfachter Form regelgerecht, fair mit- und gegeneinander spielen

Methodenkompetenz (MK)

- (7.1) spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden
- (7.2) einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und umsetzen

Urteilskompetenz (UK)

- (7.1) einfache Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e 1, e3, d 1 (leitend; ergänzend)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- (e1) Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
- (e3) (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen

Leistung (d)

- (d1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen –
Badminton 1**

Thema des UV 7.4: „Bandminton ist nicht Federball!“ Grundlegende Schlagtechniken für ein Spiel mit- und gegeneinander beherrschen (9 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Erlernen grundlegender Schlagtechniken und Anwendung im Spiel <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Griffhaltung • Clear • Aufschlag • Netzspiel • Spielfeld - Laufwege/Position | <ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung grundlegender Techniken in Partnerarbeit • Ballstafetten • Ballmaschinen • Schlagwettbewerbe • Zielgenauigkeit • Partnerwechsel <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) • Stationen Lernen (Schülerinfo) • Schlagwettbewerbe | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arbeitskarten • Partnerarbeit • Übung mit „Ballmaschinen“ • Stationslernen mit Arbeitskarten • Einschlagen zum Aufwärmen • Rundlauf • Einzelturnier auf Zeit • Positionseinnahme nach ausgeführtem Schlag | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anwendung richtiger Schlagtechniken im Spiel 1:1 • Optimale Position zum Ball durch Spielbeobachtung • Erfolg/Misserfolg im Spiel 1:1 <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration und Test der Schlagtechniken (Ausführung in der Grobform) <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Griffhaltung, optimale Position zum Ball, Beobachtung des Gegenspielers |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 7.6 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Spiele in und mit Regelstrukturen - Badminton 2 | E D | 8.2 | 9 | BF 7.4 | |

„Vom Miteinander zum Gegeneinander“ - Grundtechniken des Badmintonspiels anwenden können

Kompetenzerwartungen: BWK 7.1+3, MK 7.1, UK 7.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- (7.1) in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fähigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen
- (7.3) sich in komplexen Handlungs-/ Spielsituationen taktisch angemessen verhalten

Methodenkompetenz (MK)

- (7.1) grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und vereinbaren und die Folgen der Regelveränderungen erläutern

Urteilskompetenz (UK)

- (7.1) die verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e 1, e3, d 1 (leitend; ergänzend)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- (e1) Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
- (e3) (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen

Leistung (d)

- (d2) Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen –
Badminton 2**

**Thema des UV 7.6: „Vom Miteinander zum Gegeneinander“ – Grundtechniken des Badmintonspiels anwenden können (9
Stunden)**

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Erlernen grundlegender Schlagtechniken und Anwendung im Spiel <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Griffhaltung • Clear • Aufschlag • Netzspiel • Spielfeld - Laufwege/Position | <ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung grundlegender Techniken in Partnerarbeit • Ballstafetten • Ballmaschinen • Schlagwettbewerbe • Zielgenauigkeit • Partnerwechsel <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) • Stationen Lernen (Schülerinfo) • Schlagwettbewerbe | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arbeitskarten • Partnerarbeit • Übung mit „Ballmaschinen“ • Stationslernen mit Arbeitskarten • Einschlagen zum Aufwärmen • Rundlauf • Einzelturnier auf Zeit • Positionseinnahme nach ausgeführtem Schlag | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anwendung richtiger Schlagtechniken im Spiel 1:1 • Optimale Position zum Ball durch Spielbeobachtung • Erfolg/Misserfolg im Spiel 1:1 <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration und Test der Schlagtechniken (Ausführung zwischen Grob- und Feinform) <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Griffhaltung, optimale Position zum Ball, Beobachtung des Gegenspielers |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 7.9 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Spiele in und mit Regelstrukturen - Badminton 3 | E D | 10.1 | 6 | BF 7.6 | |

„Wie spielen wir möglichst effektiv?“ – Komplexe Spielsituationen im Badminton wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv situationsangemessen handeln können

Kompetenzerwartungen: BWK 7.4, MK 7.3, UK 7.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- (7.4) das ausgewählte Partnerspiel auf fortgeschrittenem Niveau regelgerecht fair mit- und gegeneinander spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern

Methodenkompetenz (MK)

- (7.3) Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen

Urteilskompetenz (UK)

- (7.2) die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e 1, e3, d 1 (leitend; ergänzend)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- (e2) soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
- (e4) Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

Leistung (d)

- (d1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
- (d3) differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen –
Badminton 3**

**Thema des UV 7.9: „Wie spielen wir möglichst effektiv?“ – Komplexe Spielsituationen im Badminton wahrnehmen und
technisch-koodinativ und taktisch-kognitiv situationsangemessen handeln können (6 Stunden)**

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Komplexe Spielsituationen im Badminton wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv situationsangemessen handeln <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> Individuelle Taktik, abgestimmt auf Gegenspieler | <ul style="list-style-type: none"> Badminton-Turnier planen und durchführen, dabei individuelle Stärken und Schwächen berücksichtigen Andere Spieler coachen/beraten Regelvarianten (z.B. Spiel auf Zeit) <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> Beobachtungsbogen (Fremdbeobachtung) Terminologie des Badminton zum Beschreiben und - Analysieren von Spielsituationen und Techniken | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> Gruppenarbeit Partnerarbeit Analyse von taktischen Maßnahmen Absprachen treffen Fairplay Bedingungen für Erfolg/Misserfolg Verbale und non-verbale Kommunikationsformen Regelentwicklung/-variation | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> Situationsbedingte Handlungen beobachten, kommentieren, beurteilen) <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> Turnierergebnisse Ergebnisse bei Regelvarianten <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> fair, regelkonform, kriterienorientiert, erfolgreich n |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 7.1 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|------------------------------------|--------------|-------------------|------------------|---------------------|
| Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Volleyball 1 | E | 5 | 9 | BF 1 | |

Thema: Wir spielen den Ball volley mit- und gegeneinander

Kompetenzerwartungen: BWK 7.1, 7.2, MK 7.1, UK 7.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *In ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen.*
- *Sich in Spielsituationen gegenüber Mitspieler/innen und Gegner/innen fair verhalten*

Methodenkompetenz (MK)

- *einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und umsetzen*

Urteilskompetenz (UK)

- *einfache Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e 1, e2, e3 (leitend; ergänzend)

- **Kooperation und Konkurrenz (e)**
 - *Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)*
 - *Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen*
 - *(Spiel-)Regeln und deren Veränderungen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7

Thema des UV Nr. 7.1: Wir spielen den Ball volley mit- und gegeneinander (9 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Vielfältige Erfahrungen sammeln unterschiedliche Bälle volley zu spielen • Miteinander-Spielen; viele Ballkontakte ohne Bodenkontakt • Vielseitigkeitsturnier als Abschluss <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ballmaterial (Indiacas, Federbälle, Badebälle, Luftballons, Schulvolleybälle) • Volley-Spielen • Miteinander-Spielen | <ul style="list-style-type: none"> • Zunächst Volley-Erfahrungen mit unterschiedlichen Material sammeln (auch Einhand-Spielformen); danach Zweihandspiele mit dem Schulvolleyball • Entwicklung von eigenen Spielformen mit dem unterschiedlichen Ballmaterial • Spielform „Schwarze Löcher“, siehe Anhang • Einfache Spielformen mit Grafikkarten erläutern • Präsentation von gefundenen Spielvarianten <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schiedsrichtertätigkeit (Zählen der gültigen Ballkontakte) • Einhand - und Zweihand-Spielformen | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedlich schwere Übungen mit dem Ballmaterial entwickeln • Bälle mit unterschiedlichen Flugeigenschaften einem Partner zuspielen • Volley-Spiele mit dem Luftballon und dem Badeball • Ball mit Ball spielen (ohne Körperkontakt und mit dem Badeball) • Volley-Spiele mit dem Indiacas und dem Federball • Zweihandspiele mit dem Schulvolleyball • Vielseitigkeitsturnier als Wettkampfform mit Aufgabenbogen | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation der entwickelten Volley-Spiele - Unterrichtsgespräche zu den entwickelten Spielformen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Abschneiden beim Vielseitigkeitsturnier <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Koordination der Ballflugkurve mit dem eigenen Standpunkt |

Organisatorische Hinweise:

- S'uS sollen Badebälle und Luftballons von zu Hause mitbringen
- Benötigtes Material: 6-7 Badebälle, pro Schüler ein Volleyball, Basketball oder Gymnastikball, 6-7 Indiacas, pro Schüler einen Federball, für je zwei Schüler einen Luftballon, Gymnastikringe

| Bewegungsfeld/Sportbereich 7.2 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Volleyball 2</i> | E | 6 | 12 | BF 7.1 | |

Thema: Wir bereiten eigene Punkte gemeinsam vor und verhindern gemeinsam gegnerische Punkte

Kompetenzerwartungen: BWK 7.3, 7.4, 6 MK 7.2, UK 7.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- Sich in einfachen Handlungs- / Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.
- Ein großes Mannschaftsspiel in vereinfachten Formen mit und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen.

Methodenkompetenz (MK)

- Grundlegende spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden

Urteilskompetenz (UK)

- Die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten an Hand vorgegebener Kriterien grundlegend beurteilen.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e 3, e 4 (leitend; ergänzend)

- **Kooperation und Konkurrenz (e)**
 - (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen
 - Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u. a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7

Thema des UV Nr. 7.2: Wir bereiten eigene Punkte gemeinsam vor und verhindern gemeinsam gegnerische Punkte (12 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Erste systematische Erfahrungen mit den VB-Techniken Pritschen und Baggern • Spielformen mit den VB-Techniken • Miteinander und gegeneinander spielen (genaues Zuspiel als Schlüssel) • Klassenturnier als Abschluss <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pritschen und Baggern • Genaues Zuspiel • Körperdrehung in Spielrichtung | <ul style="list-style-type: none"> • Einführung des OZ • Entwickeln von volleyballnahen Spielalternativen • Einführung des UZ <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schiedsrichtertätigkeit • • | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erlernen der 1. Volleyball-Technik (OZ) • Spielform zu 1 mit 1 • Anwerfen und Pritschen mit und nach Körperdrehung • Spielform 2 mit 2 • Direktes Pritschen angeworfener Bälle mit größerer Fallhöhe • Erlernen 2. Volleyball-Technik (UZ) als alternative Technik • Klassenturnier | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterrichtsgespräche zu den entwickelten Spielformen - Weiterentwicklung der Spielvarianten <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielform 2 mit 2 - Anwendung der VB-Techniken <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - OZ: Rautenhaltung der Hände mit Nachgreifen der Finger - UZ: Streckung der Arme |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 7.3 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Volleyball 3 | A, E | 7 | 8 | BF 7.2 | |

Thema: Wir verbessern unser Spiel durch sicheres und situatives Anwenden der Grundfähigkeiten Baggern, Pritschen und Aufschlag von unten

Kompetenzerwartungen: BWK 1, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *In volleyballtypischen Spielsituationen grundlegende technische koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen*
-

Methodenkompetenz (MK)

- *Grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und die Folgen der Regelveränderung erläutern*
- *Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, e 1(leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- *Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen*

Kooperieren, Wettkämpfen und sich verständigen (e)

- *Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Koordination (1)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7

Thema des UV Nr. 7.3: Wir verbessern unser Spiel durch sicheres und situatives Anwenden der Grundfähigkeiten Baggern, Pritschen und Aufschlag von unten (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Vertiefung der VB-Techniken Pritschen und Baggern • Einführung des Aufschlags von unten • Verbesserung der Reaktions- bzw. Umschaltfähigkeit bzgl. der bereits erlernten Techniken • Spielformen mit den VB-Techniken <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ballannahme / -abwehr • Dreiecksspiel • Rotationsregel | <ul style="list-style-type: none"> • Einführung des Aufschlags von unten • Entwickeln von komplexeren volleyballnahen Spielalternativen • Einführung der Zuspielerposition <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gelingens- / Misslingensfaktoren beim Aufschlag von unten • Schiedsrichtertätigkeit • Organisation eines Klassenturniers | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielform 3 mit 3 • Zielgerichtetes Baggern angeworfener Bälle mit flacherer Flugkurve • Zielgerichtete Annahme der Aufschlags von unten • Dreiecksspiel mit Zuspieler al 2. Ballkontakt • Drei Ballberührungen als Voraussetzung für eigene Punkte • Klassenturnier | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterrichtsgespräche zu den entwickelten Spielformen - Regekenntnisse - Anwendung der Spielvarianten <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zielgerichtetes Spiel in der Dreierformation <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fähigkeit zum Zusammenspiel |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 7.5 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Volleyball 4 | E, A | 8 | 6 | BF 7.4 | |

Thema: Wie spielt man Volleyball? - volleyballspezifische Spielfertigkeiten und -fähigkeiten zum Zielspiel 3 mit 3 weiterentwickeln

Kompetenzerwartungen: BWK 3, BWK 4, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Sich in komplexen Handlungs- / Spielsituationen taktisch angemessen verhalten*
- *Volleyball fair, mannschaftsdienlich und regelgerecht spielen*

Methodenkompetenz (MK)

- *Grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und die Folgen der Regelveränderung erläutern*
- *Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e 1, e 2, e3, a 3 (leitend; ergänzend)

Kooperieren, Wettkämpfen und sich verständigen(e)

- *Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Spielformen) (1)*
- *Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)*
- *(Spiel-) Regeln und deren Veränderung (3)*

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (a)

- *Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte motorischen Lernens (3)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7

**Thema des UV Nr.7.5: Wie spielt man Volleyball? - volleyballspezifische Spielfertigkeiten und -fähigkeiten zum Zielspiel
3 mit 3 weiterentwickeln (6 Stunden)**

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Festigen der VB-Techniken Pritschen, Baggern und unteres Zuspiel • Spielformen mit den VB-Techniken • Miteinander und gegeneinander spielen (genaues Zuspiel als Schlüssel) • Erproben verschiedener Turnierformen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsknotenpunkte Pritschen (OZ): Ball vor dem Körper über dem Kopf spielen, Körbchenhaltung, Bewegung aus der Ganzkörperstreckung - Bewegungsknotenpunkte Baggern (UZ): Trefffläche des Balles, Bewegung aus der Ganzkörperstreckung, hinter dem Ball bleiben, Ball nach vorne „schieben“ | <ul style="list-style-type: none"> - Verbessern des OZ durch präzise Bewegungsvorstellung - Verbessern des UZ durch präzise Bewegungsvorstellung - Anwendung der beiden Techniken im Spielkontext (technische Entscheidungen treffen) - Kommunikation im Spiel <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 3-Kontakte-Regel - Laufwege im Spiel 3 mit 3 | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pritschen sicher in verschiedenen Spiel- und Ausgangssituationen durchführen können (OZ) • Baggern sicher in verschiedenen Spiel- und Ausgangssituationen durchführen können (UZ) • Verbesserung der Annahme des Aufschlags von unten • Dreieckspiel • Bedeutung des OZ und UZ im Spiel, Rolle des Zuspielers • Stationsbetrieb zum OZ und UZ • Turnierform 3:3, Queen/King of the Court/Kaiserturnier | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterrichtsgespräche zu den entwickelten Bewegungsbeschreibungen - Weiterentwicklung der technischen Fähigkeiten im OZ und UZ <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielform 3 mit 3 <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technische und taktische Fähigkeiten |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 7.7 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Volleyball 5 | D, E | 9 | 18 | BF 7.5 | |

Thema: Wir entwickeln Spielfähigkeit im Spiel 6 : 6

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben*
- *Die Merkmale fairen Spielens reflektieren und erläutern sowie sich aktiv für faire Spielprozesse einsetzen*

Methodenkompetenz (MK)

- *Darstellungen (z. B. Grafik, Foto, Film) von Spielsituationen erläutern und umsetzen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: d 2, e 1, e 2 (leitend; ergänzend)

Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (d)

- *Methoden zur Leistungssteigerung in volleyballtypischen Spielsituationen (2)*

Kooperieren, Wettkämpfen und sich verständigen (e)

- *Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Spielformen) (1)*
- *Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7

Thema des UV Nr. 7.7: Wir entwickeln Spielfähigkeit im Spiel 6 : 6 (18 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung des zielgenauen OZ • Verbesserung des zielgenauen UZ • Einführung der Angriffsschlagbewegung aus dem Stand • • <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielpositionen 1 bis 6 • Angriffsschlag aus dem Stand • Aufstellungs- und Rotationsregeln | <ul style="list-style-type: none"> • Verbessern des OZ und des UZ durch Bewusstmachung und Schulung der Bewegungsknotenpunkte • Einführung des Angriffsschlags aus dem Stand • Anwendung der Techniken OZ / Angriffsschlag im Spielkontext (technische Entscheidungen treffen) • Kommunikation im Spiel <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zuständigkeitsbereiche im Spiel 6 mit 6 • Kommunikationsregel (Punkte werden nur bei erfolgter Kommunikation gewertet) • | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präzisierung des OZ in verschiedenen Spiel- und Ausgangssituationen • UZ zielgerichtet in verschiedenen Spiel- und Ausgangssituationen durchführen können • Verbesserung der Annahme des Aufschlags von unten • Vertiefung der Rolle des Zuspielers • Stationsbetrieb zum Angriffsschlag aus dem Stand • Turnierform King of the Court | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Unterrichtsgespräche zu den entwickelten Bewegungsbeschreibungen – Weiterentwicklung der technischen Fähigkeiten im OZ und Angriffsschlag <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielform 6 mit 6 <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Situative Anwendung von OZ oder Angriffsschlag zum Punktgewinn – Kommunikationsfähigkeit im Spiel |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 7.8 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Volleyball 6 | D, F | 10 | 13 | BF 7.7 | |

Thema: Wir erlernen und verbessern wettkampfgerechte Spieltechniken (Aufschlag von oben, Angriffsschlag) und wenden sie situativ an

Kompetenzerwartungen: BWK 3, BWK 4, MK 2, MK 3, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Taktisches Verhalten in Handlungs- und Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern*
- *Volleyball auf fortgeschrittenem Niveau spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen*
- *Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: d 1, d 3, f 1 (leitend; ergänzend)

Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (d)

- *Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Koordination) (1)*
- *Methoden zur Leistungssteigerung in volleyballtypischen Spielsituationen (2)*

Gesundheit (f)

- *Unfall- und Verletzungsprophylaxe (2)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7

Thema des UV Nr. 7.8: Wir erlernen und verbessern wettkampfgerechte Spieltechniken (Aufschlag von oben, Angriffsschlag) und wenden sie situativ an (13 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Einführung des Aufschlags von oben • Einführung des Angriffsschlags im Sprung • Verbesserung des zielgenauen OZ • Einführung der festen Zuspielposition 3 <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Flatteraufschlag, Tennisaufschlag • Timing • Maximalkraft | <ul style="list-style-type: none"> • Einführung des Angriffsschlags im Sprung • Anwendung der Techniken OZ / Angriffsschlag im Spielkontext (technische Entscheidungen treffen) • Kommunikation im Spiel • Spezialisierung der Zuspielerposition <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gelingens- / Misslingensfaktoren beim Aufschlag von oben • Kriterien für ein gelungenes Zuspiel / einen gelungenen Angriffsschlag • Schiedsrichtertätigkeit | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheits- und regelaspekte beim Angriffsschlag im Sprung (Landung) • Stationsbetrieb zum Angriffsschlag im Sprung • Stationsbetrieb zur Verbesserung der Annahme und der Feldabwehr • Verbesserung des Zuspiels auf die Position 3 | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterrichtsgespräche zu den entwickelten Bewegungsbeschreibungen - Mitarbeit im Stationsbetrieb - Weiterentwicklung der technischen Fähigkeiten im OZ und Angriffsschlag <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausführung des Angriffsschlags im Sprung in der Grobform <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Timing, reflektierte Selbsteinschätzung |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 7.10 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Volleyball 7 | D, E | 10 | 14 | BF 7.8 | |

Thema: Wir verbessern unsere Wahrnehmungsfähigkeit im Spiel 6 :6 und wenden einfache Taktiken an

Kompetenzerwartungen: BWK 3, BWK 4, MK 1, MK 3, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Taktisches Verhalten in Handlungs- und Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern*
- *Volleyball auf fortgeschrittenem Niveau spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Darstellungen (z. B. Grafik, Foto, Film) von Spielsituationen erläutern und umsetzen*
- *Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: d 2, e 4 (leitend; ergänzend)

Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (d)

- *Methoden zur Leistungssteigerung in volleyballtypischen Spielsituationen (2)*
- *Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Koordination) (1)*

Kooperieren, Wettkämpfen und sich verständigen (e)

- *Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u. a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (4)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7

**Thema des UV Nr. 7.10: Wir verbessern unsere Wahrnehmungsfähigkeit im Spiel 6 :6 und wenden einfache Taktiken an
(14 Stunden)**

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Einführung des Blocks • Verbesserung der Abwehrtechniken • Verbesserung des Angriffsschlags im Sprung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Block • Blockschatten • Blocksicherung • Abwehrriegel • 4 : 2 - System | <ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung des Angriffsschlags • Einführung der Blocktechnik • Kommunikation im Spiel • Taktische Veränderung des Abwehrriegels • Situative Anwendung der Techniken • Spiel mit 2 festgelegten Zuspielern <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation von Klassen- und Jahrgangsturnieren • Schiedsrichtertätigkeiten | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationsbetrieb zum Angriffsschlag und zum Block • Verbesserung des Abwehrverhaltens • 4 : 2 Taktik • Aufstellungsregeln • Spiel mit drei Ballkontakten und „Kommunikationspflicht“ • Orientierung des Abwehrriegels in Abhängigkeit vom Aufschlagspieler • Angreiferbeobachtung und taktische Entscheidungen beim Angriff mit Schmetterschlag oder OZ | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Unterrichtsgespräche zu den entwickelten Bewegungsbeschreibungen – Mitarbeit im Stationsbetrieb – Weiterentwicklung der technischen Fähigkeiten beim Angriffsschlag und Block – Verhalten im Abwehrriegel <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielsituation 6 gegen 6 <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Anwendung der Techniken und Taktiken |

Anhang

Schwarze Löcher

Die visuellen Fähigkeiten der Schüler werden gefordert. Sie müssen die Ballflugkurve einschätzen und antizipieren, wann und wo der Ball zu Boden fällt. Die Aufgabe wird schrittweise erschwert, in dem einzelne Sinne verstärkt bzw. teilweise eingeschränkt werden. Wichtig ist, die Kinder aufzufordern neue und interessante Variationen selbst zu finden.

Zwei Schülerpaare sind durch ein Netz oder ein Baustellenband getrennt. In jedem Paar trägt ein Spieler einen Reifen und einer einen Ball. Die Grundidee des Spiels besteht darin, dass der ballbesitzende Spieler seinen Ball über das Netz wirft und der Spieler mit dem Reifen in der anderen Spielfeldhälfte seinen Reifen rechtzeitig dort ablegen muss, wo der Ball auf den Boden prallt. Der dann aus dem Reifen hochspringende Ball muss von dem zweiten Spieler in dem Spielfeld gefangen werden.

Variationen mit veränderten Wahrnehmungsanforderungen:

- Der Spieler mit Reifen steht mit dem Rücken zum Spielfeld und darf sich erst nach einem akustischen Signal des Werfers umdrehen und den Reifen ablegen.
- Der Volleyball wird durch andere Bälle (Tennisball, Wasserball o.ä.) ersetzt, die veränderte Flugeigenschaften haben und die der Spieler mit dem Reifen erst spät zu sehen bekommt.
- Der Spieler mit dem Reifen muss erst eine ganze Körperdrehung ausführen, bevor der Werfer den Ball über das Netz wirft.
- Das Netz wird durch Tücher oder ein hochgestellte Weichbodenmatte verdeckt, so dass der Spieler mit dem Reifen den Ball mit Verzögerung sieht.

| Bewegungsfeld/Sportbereich 8.1 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport/ Bootssport/ Wintersport</i> | A C F | 6 | 6 | | |

Thema: Rollen unter den Füßen? – grundlegende Fertigkeiten beim Inlineskaten erwerben

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät sicher fortbewegen, sowie die Fahrtrichtung ändern, ausweichen und bremsen. Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen.*
- *Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen.*

Methodenkompetenz (MK)

- *Grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten.*

Urteilskompetenz (UK)

- *Gefahrenmomente beim Gleiten oder Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen.*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 1, b 2, c 1, c 2, f 1 (leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**

Bewegungsgestaltung (b)

- Variation von Bewegung (u. a. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)

Wagnis und Verantwortung (c)

- Spannung und Risiko (1)
- Emotionen (u. a. Freude, Frustration, Angst) (2)

Gesundheit (f)

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/ Wintersport

Thema des UV 8.1: Rollen unter den Füßen? – grundlegende Fertigkeiten beim Inlineskaten erwerben (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Anpassen der Fahrgeschwindigkeit an das individuelle Fahrvermögen • Nennen und Umsetzen von Bewertungskriterien • <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • T- Stopp | <ul style="list-style-type: none"> • PA (beim Fahren- Lernen) • PA/ GA (bei der Mini- Choreographie) <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anlegen der Ausrüstung • Fallen, Fahren, Bremsen • Slalomfahren • Mini- Choreographie (z. B. Paarlauf) | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Sich mit dem Sportgerät auseinandersetzen <p>punktuell:</p> <p>Mini- Choreographie</p> <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Ausgewählte, im Kurs festgelegte Kriterien (z. B. Synchronität, Raumwege) |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 8.2 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport/ Bootssport/ Wintersport</i> | A C E F | 7 | 9 | | |

Thema: Fahren auf einem Rad - Einradfahren

Kompetenzerwartungen: BWK 1, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Komplexere Bewegungsabläufe des ausgewählten Schwerpunktes beim Gleiten oder Fahren oder Rollen kontrollieren und eine vorgegebene Strecke/ Parcours schnell oder ausdauernd bewältigen. (im Hinblick auf Ende 8)*

Methodenkompetenz (MK)

- *Gefahrensituationen in ausgewählten Lern- und Übungsprozessen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen erkennen, benennen und vereinbarte Sicherheits- und Organisationsmaßnahmen einhalten. (im Hinblick auf Ende 8)*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Anforderungen zur Bewältigung von Gleit-, Fahr- oder Rollsituationen einschätzen und den Schwierigkeitsgrad beurteilen. (im Hinblick auf Ende 8)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, c 1, c 2, c 3, e 1, f 1 (leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**

Wagnis und Verantwortung (c)

- **Spannung und Risiko (1)**
- **Emotionen (u. a. Freude, Frustration, Angst) (2)**
- **Handlungssteuerung (u. a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung) (3)**

Kooperation und Konkurrenz (e)

- **Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**

Gesundheit (f)

- Unfall- Verletzungsprophylaxe (1)

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 8 Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport/
 Bootssport/ Wintersport**

Thema des UV 8.2: Fahren auf einem Rad - Einradfahren (9 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Einhalten von Organisationsrahmen • verantwortungsvolles und sinnvolles Unterstützen von Mitschülern <p>Fachbegriffe</p> | <ul style="list-style-type: none"> • PA/ Kleingruppenarbeit <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einstellen des Einrades • Aufsteigen mit Kasten/Bank- Gasse • Aufsteigen und Fahren mit zwei Helfern • Aufsteigen und Fahren mit einem Helfer • Fahren entlang der Wand • Fahren mit Geländehilfe • Selbständiges Aufsteigen (an der Wand) und Fahren • Zu zweit/ zu dritt fahren • Können helfen Einsteigern | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sich mit dem Sportgerät auseinandersetzen - Kooperationsbereitschaft gegenüber Mitschülern <p>punktuell:</p> <p>Demonstration des Fahrvermögens</p> <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fahren mit zwei Begleitern - Fahren mit einem Begleiter - Fahren mit Geländehilfe - Freies Fahren von a nach b |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 8.3 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport/ Bootssport/ Wintersport</i> | A B C E F | 8 | 9 | | |

Thema: Der Weg ist das Ziel – auf Skates/ Waveboards durchfahren wir selbst entwickelte Hindernisparcours

Kompetenzerwartungen: BWK 1, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Komplexere Bewegungsabläufe des ausgewählten Schwerpunktes beim Gleiten oder Fahren oder Rollen kontrollieren und eine vorgegebene Strecke/ Parcours schnell oder ausdauernd bewältigen.*

Methodenkompetenz (MK)

- *Gefahrensituationen in ausgewählten Lern- und Übungsprozessen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen erkenne, benennen und vereinbarte Sicherheits- und Organisationsmaßnahmen einhalten.*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Anforderungen zur Bewältigung von Gleit-, Fahr- oder Rollsituationen einschätzen und den Schwierigkeitsgrad beurteilen.*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 1, b 1, b 2, c 1, c 2, e 1, e 2, f 1 (leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*

Bewegungsgestaltung (b)

- **Gestaltungsformen und -Kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (1)**
- **Variation von Bewegung (u. a. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)**

Wagnis und Verantwortung (c)

- *Spannung und Risiko (1)*
- *Emotionen (u. a. Freude, Frustration, Angst) (2)*

Kooperation und Konkurrenz (e)

- **Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**
- **Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)**

Gesundheit (f)

- *Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)*

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 8 Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport/
 Bootssport/ Wintersport**

**Thema des UV 8.3: Der Weg ist das Ziel - auf Skates/ Waveboards durchfahren wir selbst entwickelte Hindernisparcours
 (9 Stunden)**

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Anpassen der Fahrgeschwindigkeit an das individuelle Fahrvermögen in einem Hindernisparcours sowie an das Fahrvermögen der Gruppe • Nennen und Umsetzen von Bewertungskriterien • Beurteilen einer Präsentation anhand von Bewertungskriterien <p>Fachbegriffe</p> | <ul style="list-style-type: none"> • PA (beim Waveboard- Fahren- Lernen) • GA (beim Entwickeln und Präsentieren der Parcours) • Stationsbetrieb (beim Durchfahren aller entwickelten Parcours) <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kennenlernen des Waveboards und Hinweise zur Fahrtechnik • Slalomfahren • Staffelläufe (mit Hindernissen/ mit staffel- Gegenständen) • Hindernisparcours entwickeln und ausprobieren • Festlegen von Bewertungskriterien • Wettläufe mit Skates/ Waveboards durch einen ausgewählten Parcours | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sich mit dem Sportgerät auseinandersetzen - Kooperationsbereitschaft im Team/ in der Gruppe <p>punktuell:</p> <p>Gruppenlauf auf Skates/ Waveboards durch einen selbst entwickelten Parcours</p> <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - z. B. Sicherheit, Kreativität, Bewegungsfluss |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 8.4 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport/ Bootssport/ Wintersport</i> | A E F | 9 | 12 | | |

Thema: Große Spiele auf Inlineskates

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Berücksichtigung der Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale nach vorgegebenen Kriterien erläutern. (im Hinblick auf Ende 10)*
- *Technisch- koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheitsgerecht und Gelände angepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben sowie Möglichkeiten der Bewegungshilfe und -Sicherung erläutern. (im Hinblick auf Ende 10)*

Methodenkompetenz (MK)

- *Beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen, Ruderkommandos, Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden. (im Hinblick auf Ende 10)*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen. (im Hinblick auf Ende 10)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 2, e 1, e 2, e 3, e 4, f 1 (leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- *Informationsaufnahme und -Verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)*

Kooperation und Konkurrenz (e)

- *Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)*
- *Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)*
- *(Spiel-) Regeln und deren Veränderungen (3)*
- *Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u. a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (4)*

Gesundheit (f)

Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/
 Bootssport/ Wintersport**

Thema des UV 8.4: Große Spiele auf Inlineskates (12 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Nennen und Umsetzen von Bewegungsmerkmalen für die Hockey-Techniken • Nennen und Umsetzen der (im Kurs festgelegten) Hockey- Spielregeln <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Uni- Hockey • Schlenzen • Bully | <ul style="list-style-type: none"> • PA (z. T. beim Erlernen der Hockey-Techniken) • Stationsbetrieb (zum Üben der Hockey-Techniken) <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auf Skates einen Basketball dribbeln, passen, in den Korb werfen • Auf Skates Basketball spielen • Regelgerechtes Handhabung des Hockeyschlägers • Auf Skates Annahme, Dribbling, Passen und Schuss mit dem Hockeyschläger • Regelwerk für Rollhockey • Rollhockey- Turnier | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zusammenspiel in der Mannschaft - Fairness/ Einhalten von Regeln <p>punktuell:</p> <p>Technik- Demonstration Rollhockey</p> <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale der Techniken - Bewegungsfluss - Bewegungspräzision |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 9.1 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Ringens und Kämpfen - Zweikampfsport | A E F | 6 | 6 | | |

Thema: Kleine Kämpfe - auf das Kämpfen spielerisch vorbereiten

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, MK 2, UK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen.*
- *Sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und Verantwortung für sich und die Partnerin/ den Partner übernehmen.*

Methodenkompetenz (MK)

- *Grundlegende Regeln entwickeln, in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden.*
- *Durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von grundlegenden Techniken zum Erfolg verhelfen.*

Urteilskompetenz (UK)

- *Einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten.*
- *Die Chancengleichheit von Kampfpaarungen in Kampfsituationen beurteilen.*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, e 1, e 4 (leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**

Kooperation und Konkurrenz (e)

- **Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**
- **Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u. a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (4)**

Gesundheit (f)

- **Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)**

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

Thema des UV 9.1: Kleine Kämpfe – auf das Kämpfen spielerisch vorbereiten (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Einführen von Ritualen und Festlegen von Regeln • Hinweise zum verantwortungsvoller Umgang mit dem Partner • Wahl eines angemessenen Kampfpartners <p>Fachbegriffe</p> | <ul style="list-style-type: none"> • PA/ GA • Stationsbetrieb (zu verschiedenen Zweikampfspielen) • Turnierpläne <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rituale (An- und Abgrüßen) • Vertrauens- und Kooperationsspiele (Baumstammpendel, Atomspiel, Mc Donald-Spiel, Sanitärerfangen, etc.) • Kampf- Regeln • Kleine Zweikämpfe (Reiterkämpfe, Sumo, Hahnenkampf, Sockenklau, Tauziehen, etc.) • Gruppenkampfspiele (Burgball, Raufball, Rübenziehen, Rausschmeißen, etc.) • Mini- Turniere | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fairness/ verantwortungsvoller Umgang mit Mitschülern - Ausführen der Schiedsrichterfunktion <p>punktuell: X</p> |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 9.2 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Ringens und Kämpfen - Zweikampfsport | A E F | 8 | 12 | | |

Thema: Kämpfen nach Regeln - Zweikämpfe in Bodenlage

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Normgebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen (z. B. bei grundlegenden Wurf-, Fall- und Bodenkampftechniken) von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen. (ggf.)*
- *Körperlich bedingte Vor- und Nachteile erkennen, benennen und Nachteilsausgleiche entwickeln und umsetzen.*

Methodenkompetenz (MK)

- *Grundlegende Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden.*
- *Durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von komplexen Techniken zum Erfolg verhelfen. (ggf.)*

Urteilskompetenz (UK)

- *Komplexe Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten. (ggf.)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, e 1, e 3, e 4, f 1 (leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*

Kooperation und Konkurrenz (e)

- *Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)*
- *(Spiel-) Regeln und deren Veränderungen (3)*
- *Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u. a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (4)*

Gesundheit (f)

- *Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)*

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

Thema des UV 9.2: Kämpfen nach Regeln – Zweikämpfe in Bodenlage (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Einführen von Ritualen • Entwickeln und Umsetzen von Zweikampfregeln • Entwickeln und Umsetzen von Nachteilsausgleichen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Wurf-, Fall- und Bodenkampftechniken (ggf.) | <ul style="list-style-type: none"> • PA/ GA • Stationsbetrieb (zu verschiedenen Zweikampfformen) • Turnierpläne <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rituale (An- und Abgrüßen) • Ausgangsregelwerk • Entwickeln von Regeln für Zweikampf- formen (z. B. bzgl. Ausgangsposition, Kampffläche, Kampfziel) • Schiebe- und Ziehkämpfe am Boden • Kämpfen aus verschiedenen Ausgangs- positionen • Finden und Erproben von Befreiungs- möglichkeiten aus der Rückenlage • Finden und Erproben von Haltemöglich- keiten in bestimmten Positionen • Handicap- Kämpfe • Kleingruppenturniere • Grundlegende Wurf-, Fall- und Bodenkampftechniken (ggf.) | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fairness/ Einhalten von Regeln/ verantwortungsvoller Umgang mit Mitschülern - Ausführen der Schiedsrichterfunktion <p>punktuell: X</p> <ul style="list-style-type: none"> - Überprüfung von Wurf-, Fall- und Bodenkampftechniken (ggf.) |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 9.3 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| <i>Ringens und Kämpfen - Zweikampfsport</i> | A E | 10 | 6 | | |

Thema: Geschicklichkeits- und Gleichgewichtskämpfe - wir kämpfen mit geringem Körperkontakt

Kompetenzerwartungen: MK 1

Methodenkompetenz (MK)

- *Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten.*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, e 1, e 3 (leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*

Kooperation und Konkurrenz (e)

- *Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)*
- *(Spiel-) Regeln und deren Veränderungen (3)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

Thema des UV 9.3: Geschicklichkeits- und Gleichgewichtskämpfe (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Einführen von Ritualen • Entwickeln und Umsetzen von Zweikampfregeln • Entwickeln und Umsetzen von Nachteilsausgleichen <p>Fachbegriffe</p> | <ul style="list-style-type: none"> • PA/ GA • Stationsbetrieb (zu verschiedenen Zweikampfformen) • Turnierpläne <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rituale (An- und Abgrüßen) • Ausgangsregelwerk • Entwickeln von Regeln für Zweikampf- formen (z. B. bzgl. Ausgangsposition, Kampffläche, Kampfziel) • Geschicklichkeitskämpfe (Oberschenkel- schlagen, Schwänzchenfangen, Poolnoodle- Fechten, Handfechten, Fußtreten, Liegestützkampf, Ballduell, etc.) • Gleichgewichtskämpfe (Hahnenkampf, Sohlenkampf, Schiebe-/ Ziehkampf auf der Bank, etc.) • Kampf um Gegenstände (Medizinball, Tennisball, Luftballon, etc.) • Schiebe- und Ziehkämpfe im Stand an der Linie • Handicap- Kämpfe • Kleingruppenturniere | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fairness/ Einhalten von Regeln/ verantwortungsvoller Umgang mit Mitschülern - Ausführen der Schiedsrichterfunktion <p>punktuell: X</p> |

Schwerpunktunterricht (SPU)

In jedem Schulhalbjahr soll das angegebene Unterrichtsvorhaben obligatorisch sein. (In Einzelfällen ist es sinnvoll, die Inhalte aus organisatorischen Gründen um ein Halbjahr zu verschieben; so bietet sich Parcours besonders an, wenn zur Umsetzung die 3fach-Halle zur Verfügung steht.) Die Umsetzung soll flexibel gehandhabt werden, so dass nur Hinweise gegeben werden.

In den Klassen 5 und 6 soll vermehrt die Kreativität der SchülerInnen und die Kooperation in Kleingruppen in den Vordergrund gestellt werden. Ab Klasse 7 soll der eigene Körper im Hinblick auf seine Gesundheit (ggf. fächerübergreifend) und seine Trainierbarkeit in den Mittelpunkt gerückt werden.

| Schulhalbjahr | Thema des Unterrichtsvorhabens | Hinweise zur Umsetzung |
|---------------|--|---|
| 5.1 | Kleine Spiele erproben und weiterentwickeln | > Planung (Skizze, Regelwerk, Materialbedarf,...) und Durchführung von kleinen Spielen > (Weiter-) Entwickeln von kleinen Spielen in Kleingruppen |
| 5.2 | Akrobatik | > Regeln/ Griffe kennen lernen > Partner- und Gruppenpyramiden umsetzen > Entwickeln eigener Pyramiden in Kleingruppen oder als Klasse |
| 6.1 | Parcours | > Ausbilden der Fähigkeiten ´sicher Landen´, ´zielgenau Springen´, ´Balancieren´ und ´Hindernisse (geschickt) überwinden´ in vorgegebenen Hindernisparcours > Entwerfen von eigenen Hindernisparcours > ggf. Bewerten von selbst entwickelten Hindernisparcours (evtl. mit vorgegebenem Material) anhand festgelegter Beurteilungskriterien |
| 6.2 | Entwicklung koordinativer Fähigkeiten | > ggf. Umsetzen eines Stationsbetriebes zu einzelnen koordinativen Fähigkeiten ähnlich dem Eingangstest für die Sportklasse > ggf. Entwicklung eigener Stationen/ Spielformen zur Ausbildung koordinativer Fähigkeiten zum Beispiel mit Inlinern (Rollhockey, Rollbasketball,...) oder in Form von Minigolf (als Bsp. für Differenzierungs-, Kopplungs- und Orientierungsfähigkeit) o.ä. |
| 7.1 | Sport/ Gesundheit/ Ernährung | > gesunde Ernährung (Wdh. Haushaltslehre Klasse 5), gesunde Lebensweise, Übergewicht > ggf. Entwicklung von belastungsintensiven Stationen zur Verbrennung einer vorgegebenen Kalorienmenge > ggf. Rückenschule |
| 7.2 | Ausdauertraining mit | > Pulsmessung (Wdh. .Bio-Klasse 6: Atmung und Blutkreislauf) – Begriffe: Belastungspuls, |

| | | |
|--|----------------------------|---|
| | besonderen Aspekten | Ruhepuls,.. > Erstellen eines Lauftagebuches/ -protokolls (ggf. incl. Pulswerte) |
|--|----------------------------|---|

Ergänzungsstunden (ES)

In jedem Schulhalbjahr soll das angegeben Unterrichtsvorhaben obligatorisch sein. Die Themen der Unterrichtsvorhaben sind so angelegt, dass die SchülerInnen an der Planung und Durchführung in hohem Maße beteiligt sind. Die Umsetzung soll flexibel gehandhabt werden, so dass nur Hinweise gegeben werden.

| Schulhalbjahr | Thema des Unterrichtsvorhabens | Hinweise zur Umsetzung |
|----------------------|---|--|
| 8.1 | Entwicklung von Fitnessparcours | > Entwicklung eigener Stationen zur Ausbildung konditioneller Fähigkeiten zum Beispiel Krafttraining ausgewählter Muskeln |
| 8.2 | Klassenturniere selbst organisieren | > Kenntnis verschiedener Turnierformen > Turnier- Planung in Kleingruppen (Zahl der Mannschaften u. Spieler, Spieldauer, Spielpausen, Turnierdauer, Regelwerk,...) > Durchführung (Schiri, Zeitnehmer, Protokollant,...) > Siegerehrung |
| 9.1 | Schiedsrichtern unserer schuleigenen Turniere | > Regelkenntnis (insb. in den großen Sportspielen) > Kenntnis grundlegender Schiedsrichter- Handzeichen > Verhalten bei 'Diskussionen' um Regelverstöße |
| 9.2 | Planung und Durchführung von Trainingseinheiten unterschiedlicher Sportarten | > Übernahme einer Unterrichtsstunde von SchülerInnen zu ihrer eigenen Sportart* > Planung (Skizzen, Materialbedarf, Zeit,...) > Durchführung (Ansagen/ Vorstellen von Übungen,...) > Reflexion ('Lehrerverhalten', Eignung von Übungen für den Schulbetrieb/ für die Lerngruppe, Verbesserungsvorschläge,...) |
| 10.1 | Erkundung und Untersuchung von sport-spezifischen Berufen | > SD oder SMT fragen |
| 10.2 | Allrounder des Kurses | > Planung (Skizzen, Materialbedarf, Zeit,...) einer (kreativen) Wettkampfform und deren Durchführung* mit dem Ziel, den Kursbesten zu ermitteln (die Bewertungskriterien müssen dabei so angelegt sein, dass sich nach jedem Wettkampf eine Rangliste ergibt) |

*Um die Unterrichtsvorhaben zeitlich überschaubar zu halten, bietet sich an, dass i.d.R. zwei SchülerInnen gemeinsam planen und durchführen.

Sport-Kernlehrplan HGE: Gesamtübersicht über Obligatorik und Freiraum

| Jahrgang=> U-Woche | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|-----------------------|-----------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 1. | BF 1 UV 1 | BF 1 UV 2 | BF 3 UV 5 | BF 3 UV 7 | BF 8 UV 3 | BF 9 UV 3 |
| 2. | | | | | | |
| 3. | BF 2 UV 1 | | | | | BF 6 UV 8 |
| 4. | | BF 3 UV 3 | BF 6 UV 3 | | BF 3 UV 9 | |
| 5. | | | | | | |
| 6. | BF 3 UV 1 | BF 7 UV 7.2 | | BF 5 UV 3 | | |
| 7. | | | BF 2 UV 2 | | | Freiraum |
| 8. | BF 6 UV 1 | | | | | |
| 9. | | | BF 7 UV 7.3 | | Freiraum | BF 2 UV 5 |
| 10. | | BF 5 UV 2 | | BF 8 UV 2 | BF 7 UV 7.7 | |
| 11. | BF 3 UV 2 | | | | | |
| 12. | | BF 9 UV 1 | BF 1 UV 4 | | | |
| 13. | | | | BF 6 UV 5 | | BF 7 UV 7.8 |
| 14. | BF 5 UV 1 | BF 8 UV 1 | | | | |
| 15. | | | Freiraum | | | |
| 16. | | Freiraum | | | BF 6 UV 7 | |
| 17. | Freiraum | | | | | |
| 18. | | | BF 7 UV 7.4 | Freiraum | BF 1 UV 6 | |
| 19. | | | | BF 7 UV 7.5 | | |
| 20. | | | | | | |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|

Legende:

BF 1 Den Körper wahrnehmen...

BF 2 Das Spielen entdecken...

BF 3 Leichtathletik

BF 4 Schwimmen

BF 5 Turnen

BF 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen

BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen

BF 8 Gleiten, Fahren, Rollen

BF 9 Ringen und Kämpfen

Stundentafel HGE – FK-Beschluss vom 2.9.2013

| | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | Summe |
|-------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|--|-------------|
| BF 1 Wahrnehmung | 6 Stunden | 9 Stunden | 8 Stunden | 6 Stunden | 10 Stunden | - | | 39 Stunden |
| BF 2 Spielräume | 9 Stunden | 9 Stunden | 8 Stunden | 10 Stunden | 8 Stunden | - | | 44 Stunden |
| BF 3 Leichtathletik | 12 Stunden | 9 Stunden | 9 Stunden | 16 Stunden | 12 Stunden | 15 Stunden | | 73 Stunden |
| BF 4 Schwimmen | 36 Stunden | 40 Stunden | 40 Stunden | - | - | - | | 116 Stunden |
| BF 5 Turnen | 20 Stunden | 6 Stunden | - | 12 Stunden | 9 Stunden | 12 Stunden | | 59 Stunden |
| BF 6 Gymnastik | 9 Stunden | - | 9 Stunden | 15 Stunden | 6 Stunden | 9 Stunden | | 48 Stunden |
| BF 7 Sportspiele | 9 Stunden | 12 Stunden | 17 Stunden | 15 Stunden | 18 Stunden | 33 Stunden | | 104 Stunden |
| BF 8 Gleiten, F., R. | - | 6 Stunden | 9 Stunden | 9 Stunden | 12 Stunden | - | | 36 Stunden |
| BF 9 Ringern u K. | - | 6 Stunden | - | 8 Stunden | - | 6 Stunden | | 20 Stunden |
| Freiraum | 19 Stunden | 23 Stunden | 20 Stunden | 29 Stunden | 45 Stunden | 45 Stunden | | 181 Stunden |
| Summe | 120 Stunden | 120 Stunden | 120 Stunden | 120 Stunden | 120 Stunden | 120 Stunden | | 720 Stunden |

