| Bewegungsfeld/Sportbereich: 1.1 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|------------------------------------|------------|----------------------------|------------------|---------------------------|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | AF | 5 | 8 | alle BFs | 1 |

Thema des UV: Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten – allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und gesund

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 1.1, 6 BWK 1.2, 6 MK 1.1, 6 UK 1.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- BWK 1.1 sich sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen und steuern
- BWK 1.2 in sportbezogenen Anforderungssituationen psycho-physische Leistungsfähigkeit gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungsund Kooperationsformen nachweisen und grundlegend beschreiben.

Methodenkompetenz:

MK 1.1 Allgemeine Aufwärmprinzipien allein in der Gruppe anwenden

Urteilskompetenz:

UK1.1 ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien ansatzweise – auch mit Blick auf Eigenverantwortung – beurteilen.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, f1-f2

Angabe des 1. Inhaltsfeldes (a - f)

IF a.1 Wahrnehmung und Körpererfahrung

Angabe des 2. Inhaltsfeldes (a - f)

- IF f.1 Unfall- und Verletzungsprophylaxe
- IF f.2Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.1

Thema des UV (BF1.1): "Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten – allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und gesund" (8 Stunden bei allen UVs)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|--|
| Inhalte Allgemeines Aufwärmen Spezielles Aufwärmen Phasen des Aufwärmens Bewegter Stundenauftakt für Alle Herz-Kreislauf-Erwärmung Dehnung, Mobilisation, Aktivierung Fachbegriffe Allgemeines /spezielles Aufwärmen Funktionsgymnastik Grundlagen der Anatomie Gesundheitsbegriff und Gesundheitsverständnis | Lernaufgabe: Erproben verschiedener Aufwärmformen (Kleine Spiele, Lauf-ABC, Funktionsgymnastik) und Entwickeln von Aufwärmübungen im Hinblick auf allgemeines und funktionales Aufwärmen (Erstellen einer MindMap zur Systematisierung unterschiedlicher Formen der Erwärmung) Fachbegriffe Entwickeln und Erproben | Herz-Kreislauf-ErwärmungDehnung, Mobilisation, Aktivierung | prozessbegleitend: Beobachtungskriterien: Anstrengungsbereitschaft, Willensstärke und Motivation zeigen punktuell: Beobachtungskriterium: Anleiten des Aufwärmens Mitmachen – sich anleiten lassen Bewegungsqualität |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 2.1 | Päd. Perspektive (leitend/ergänzend) | Jahrgangsstufe | Dauer des UV (Stunden) | Vernetzung mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|--------------------------------------|----------------|---------------------------|-------------------|------------------------|
| Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen | E /F | 5 | 8 | | 2 |

Wir erarbeiten uns spielerisch eine Spielesammlung und entwickeln unser Klassenspiel – Spielideen unterschiedlicher Basisspiele und kleiner Sportspiele kennen, aktiv umsetzen und begreifen sowie Regeln vereinbaren, einhalten und verändern

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- Kleine Spiele auch eigenverantwortlich, fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Kriterien benennen und erläutern (2)
- kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und Grundregeln orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial selbständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen (3)

Methodenkompetenz (MK)

- einfache Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) 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: e1, e2, e3,f1

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)

Gesundheit (f)

Unfall- und Verletzungsprophylaxe

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Thema des UV (BF 2.1):Wir erarbeiten uns spielerisch eine Spielesammlung und entwickeln unser Klassenspiel – Spielideen unterschiedlicher Basisspiele und kleiner Sportspiele kennen, aktiv umsetzen und begreifen, sowie Regeln vereinbaren, einhalten und verändern (Dauer des UV: 8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände | Leistungsbewertung |
|--|---|---|--|
| Unterschiedliche Anforderungen im Spielprozess Phasierung der Spielentwicklung und -erprobung unterschiedliche Funktionen von Regeln ein Spiel unter Einbezug aller Beteiligten gemeinsam gestalten, umsetzen und in einem Spieltagebuch dokumentieren Fachbegriffe Allgemeine Spielfähigkeit Kooperations- und Konkurrenzsituationen Spielentwicklung und Erprobung Regelkategorien (Raum-, Zeit-, Personal-, Inventar- und Handlungsregeln) | Lernaufgabe: Entwickeln geeigneter Spielregeln zur Erprobung und Weiterentwicklung vorgegebener Spielideen im Hinblick auf allgemeine Spielfähigkeit Spiele richtig organisieren und durchführen unter Beachtung grundlegender Sicherheitsvorgaben im SU Fachbegriffe – Methodenkompetenz/ Urteilskompetenz: Entwickeln und Erproben (Schüler-/Lehrerinfo) Spielbeobachtung – Regelbeobachtungen in für den spielgestalterischen Prozess nutzbar machen | Gegenstände Unterschiedliche Formen Kleiner Spiele – Burgball, Turmball, Mattenball, Kastenball etc. Fachbegriffe Kleine Spiele – Abwurfspiele, Fangspiele, Laufspiele Kriterien für gelungenes Spiel (Spaß, Sicherheit, Miteinbeziehung aller, Spielfluss) | unterrichtsbegleitend: Regelideen und -abänderungen in angemessener Form in die Spielbesprechungen einbringen und im Spiel umsetzen bzw. einhalten Spiel- und Regelbeobachtungen durchführen und Ergebnisse mitteilen und Rückmeldungen in das eigene Spiel integrieren Beobachtungskriterien: Gelingen der Ausformung der Spielidee zu einem eigenen Spiel (Arbeits- und Sozialverhalten, Fairness, Teamfähigkeit) punktuell: Präsentation des Spielideen und des entwickelten Spiels, Erstellung eines Beitrags für die Spielsammlung (Spieltagbuch) Beobachtungskriterium: Spielregeln, Kriterien für gelungenes Spiel? |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: 5 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|-------------------------------|---------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Bewegen an Geräten - Turnen | а | 5 | 8 | | 3 |

Thema des UV: Rollen, Schwingen und Springen – Erlernen eines sicherheitsorientierten Umgangs mit dem Mini-Trampolin, den Ringen und am Boden zur Schulung der Körperspannung und Erprobung erster Bewegungserfahrungen und –fertigkeiten im Gerätturnen

Kompetenzerwartungen: BWK 6 5.1, BWK 6 5.3, MK 6 5.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten (BWK 6 5.1)
- Elementare Bewegungsformen und grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Hang- und Stützgeräte) ausführen (BWK 6 5.3)

Methodenkompetenz:

- Turngeräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen (MK 6 5.1)

Urteilskompetenz: /

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

a: Wahrnehmung und Körpererfahrung

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

Bewegen an Geräten- Turnen

Thema des UV (5): Rollen, Schwingen und Springen – Erlernen eines sicherheitsorientierten Umgangs mit dem Mini-Trampolin, den Ringen und am Boden zur Schulung der Körperspannung und Erprobung erster Bewegungserfahrungen und –fertigkeiten im Geräteturnen (8 Stunden)

| | Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---------|---|---|--|---|
| Inhalte | Erlernen des sicherheitsorientierten Auf- und Abbau verschiedener Geräte Erproben erster Bewegungserfahrungen an den Ringen, dem Mini-Trampolin und auf dem Boden Erarbeiten und Üben individuell gewählter Bewegungen an den Geräten und Verbindung dieser zu einer Bewegungsfolge Bewegungen an zwei unterschiedlichen Geräten erarbeiten und zu einer Bewegungsfolge verbinden | Klassenunterricht: Einführung in den sicheren Auf- und Abbau der verschiedenen Turngeräte Partnerarbeit/Gruppenarbeit zum Erstellen einer kurzen Choreographie, die ein Gerät mit dem Bodenturnen verbindet | Strecksprung Hocke Grätsche Gerätekunde zu Minitramp, versch. Matten, Ringe Langhang Vorwärtsrolle, Rückwärtsrolle | Sicherer Aufbau und regelmäßige Kontrolle der Geräte Konzentriertes und beständiges Üben der Bewegungen Einhaltung der Klassenregeln Beteiligung in den Reflexionsphasen |
| • | egriffe Schwingen: Schwingen im Langhang Mini- Trampolin: Körperspannung Fachgerechte Bezeichnungen der Geräte z.B. Weichboden, Niedersprungmatte | Bewegungsfertigkeiten und Bewegungstechniken Bewegungsfolge | Fachbegriffe Absprung und Landung beim Springen Schwingen Angst und Angstbewältigung | punktuell: Bewegungsfolge an den zwei Geräten Bewegungsumsetzung beim Rollen, Schwingen und Springen |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 2.2 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer der UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---------------------------------------|------------|-------------------|------------------|------------------------|
| Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen | E | 5 | 8 | BF 2.1 | 4 |

Ich kann mitspielen –Beherrschen der grundlegendenspielübergreifenden technisch–koordinativen Fertigkeiten und taktisch–kognitive Fähigkeiten in Bezug auf Kleine bzw. Basisspiele

Kompetenzerwartungen BWK 1, MK1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- Grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten situationsgerecht in Kleinen Spielen und Basisspielen anwenden (1)

Methodenkompetenz (MK)

- einfache Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u.a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) 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: e₁, e₂, e₃,

Kooperation und Konkurrenz

- Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)
- soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen, (2)
- (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (3)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen im B Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen Thema des UV (BF 2.2): Ich kann mitspielen –Beherrschen der grundlegendenspielübergreifenden technisch–koordinativen Fertigkeiten und taktisch–kognitive Fähigkeiten in Bezug auf Kleine bzw. Basisspiele(Dauer des UV: 8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände | Leistungsbewertung |
|--|---|---|---|
| Unterschiedliche Anforderungen im Spielprozess Phasierung der Schlagwurfes Merkmale des technisch sauberen Fangens Taktisches Grundverständnis des Freilaufens und Anbietens Fachbegriffe Technik und Taktik Unterscheidung der Kategorien Fangspiele, Basispiele sowie Kleine Spiele Kooperations- und Konkurrenzsituationen | Experimentieren: Erproben verschiedener Wurf- und Fangtechniken Erstellen einer Übersicht zur Systematisierung der Passtechniken insbesondere des Schlagwurfes sowie der Fangtechnik | Unterschiedliche Lauf-/Fangund Wurfspiele z.B. Zehnerball, Hase und Jäger, Schweinchen minder Mitte und Völkerball (Varianten), Zombieball Fachbegriffe Freilaufen und Anbieten Ausweichen Fangbewegung (Trichter/Korb) Pass-/Wurfvarianten: Druckpass Schlagwurfvarianten Schleuderwurf | unterrichtsbegleitend: Taktiküberprüfung – Freilaufen und Anbieten, Ausweichen und Ducken Anstrengungsbereitschaft, teamund zielorientiertes Spielen Situations- und adressatenangemessenes Spielverhalten punktuell: Techniküberprüfung – Merkmale Grobkoordination des Passens und Fangens Bewegungsfluss (grundlegend) Bewegungsdynamik Bewegungsrhythmus |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|------------------------------------|---------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Ringen und Kämpfen- Zweikampfsport | ACE | 5/6 | 8 | | 5 |

Thema des UV: Wrestling lite – spielend kämpfen und sich im Zweikampf erfahren

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Norm(un)gebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerln und Gegnerln einstellen (1)
- Sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und grundlegende Regeln dafür erläutern (2)

Methodenkompetenz:

- Grundlegende Regeln, Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden (1)
- Durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von Techniken zum Erfolg verhelfen (2)

Urteilskompetenz:

• einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: Eintrag der Kurzform gemäß Kartensatz /fett: leitend/ nicht-fett: ergänzend) a 1,c 3, e1

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a):

Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Wagnis und Verantwortung (c):

• 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)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema des UV (9.): "Wrestling lite – spielend kämpfen und sich im Zweikampf erfahren" (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|--|--|
| Auf einen Partner einlassen, Vertrauen einüben Körpergewöhnung, den direkten Körperkontakt steigern Festgelegte Wettkampfregeln genau einhalten | Bodenkämpfe ohne Würfe auf Turnmatten und Weichböden intuitiv durchführen Partner- und Kleingruppenkämpfe Mattenschiedsrichter sein Kämpfen in "Gewichtsklassen" Fachbegriffe Bewegungslernen mit (fotographischen) Abbildungen | Ziehen und Schieben in kleinen Wettbewerben Festhalten und Festlegen Aus dem Gleichgewicht bringen im Kniekampf Fachbegriffe Stop-Regel Begrüßungsrituale vor dem Kampf Haltegriffe | prozessbegleitend: • Unterrichtdienliches Verhalten • Anstrengungsbereitschaft • Empathie bei Sieg /Niederlage bewerten Beobachtungskriterien: - punktuell: Verhalten bei starkem / schwachem Gegner reflektieren lassen, zu Befindlichkeit äußern lassen evtl. Kniekampf, Haltetechnik etc. |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik, Tanz, Bewegungskünste | a /b | 5 | 8 | | 6 |

Thema des UV: Hören, Fühlen und Bewegen – Erfahren und Gestalten einfacher Bewegungsaufgaben mit und ohne Handgerät unter Berücksichtigung der Körperspannung, des Bewegungsrhythmus und des Bewegungsklangs

Kompetenzerwartungen: BWK 6 6.1, BWK 6 6.3, MK 6 6.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- technisch-koordinative Grundformen ästhetisch gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgeräte z.B. Ball, Reifen, Seil bzw. mit Klang-und Rhythmusinstrumenten ausführen und grundlegend beschreiben (BWK 6 6.1)
- grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u.a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung sowie Synchronität vom Körper/Musik und Partnerin/Partner) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltung (z.B. Gymnastik, Tanz, Pantomime) allein oder in der Gruppe in Ansätzen anwenden (BWK 6 6.3)

Methodenkompetenz:

- durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs-oder Gestaltungsaufgaben lösen (MK 6 6.1)

Urteilskompetenz:

/

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:

- a: Wahrnehmung und Körpererfahrung
- b: Variation von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik, Tanz, Bewegungskünste

Thema des UV (5.1): "Hören, Fühlen und Bewegen" – Erfahren und Gestalten einfacher Bewegungsaufgaben mit und ohne Handgerät unter Berücksichtigung der Körperspannung, des Bewegungsrhythmus und des Bewegungsklangs (8 Stunden)

| Did | aktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|-----|--|---|--|--|
| • | Experimentieren mit Sportgeräten/Klanggeräten Erfassen von Bewegungsgeräuschen und Imitieren verschiedener Rhythmen Unterscheidung und Produktion von Rhythmen und Geräuschen mithilfe des Körpers und Geräten Entwicklung von eigenen Bewegungsrhythmen mit dem Partner | Sozialformen Stationenlernen: Erprobung verschiedener Sportgeräte/ Klanggeräte Klassenunterricht: Einführung in Rhythmusübungen Partnerarbeit: Vertiefung/ Erweiterung der Rhythmusübungen | Stationen mit unterschiedlichen Sportgeräten/Klanggeräten und Aufgabenkarten Rhythmusaufgaben mit Geräten z.B. Ball, Reifen, Keule, Körper Verschiedene Rhythmen Klatschen, mit Geräten oder dem eigenen Körper produzieren Erstellung einer Partnerkür anhand des Erlernten | prozessbegleitend: |
| • | griffe Imitation Achtel, Viertel, Pause etc Iang, kurz Klatschen Kanon synchron | Fachbegriffe Reflexion Freeze (Einfrieren der Bewegung und Aufmerksamkeit auf Lehrkraft) | Fachbegriffe | Individuelle Rhythmusfähigkeit und Produktion von sowie Einstellung auf Rhythmen |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Spielen in u. mit Regelstrukturen – Sportspiele : Badminton 1 | E, A | 5/6 | 8 | | 7 |

Thema des UV: Badminton - Vom Federball zum Badminton

Kompetenzerwartungen: BWK 1 / BWK 5 / MK 2 / MK 3 / UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen (BWK 67.1)
- ein Partnerspiel in vereinfachter Form regelgerecht, fair mit- und gegeneinander spielen (BWK 6 7.5)

Methodenkompetenz:

- einfache graphische Darstellung von Spielsituationen (Mk 6 7.2)
- grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktion benennen (MK 6 7.3)

Urteilskompetenz:

- die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten an Hand vorgegebener Kriterien grundlegend beurteilen (UK 6 7.1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1 / a 2 / e 1

Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (e1)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7

Thema des UV: "Badminton – Vom Federball zum Badminton" (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|--|
| Spielerische Ausbildung rückschlagspezifischer koordinativer Fähigkeiten Ball- u. Schlägergewöhnung, Schlägerhaltung Variationen des Mit- und Gegeneinander –Spielens Grundlegende Regeln des Badmintonspiels | Erproben und Experimentieren mit verschiedenen Bällen u. Schlägern Kennenlernen der verschiedenen Varianten des Miteinander- und Gegeneinander- Spielens Sicherer u. verantwortungsvoller Umgang mit dem Material | Regelgerechter Aufschlag Überkopf- und Unterhandschläge Übungsformen des Mit- und Gegeneinander-Spielens | prozessbegleitend: • Angemessenes Anwenden der Fertigkeiten in Übungsu. Spielsituationen • Kontinuierliche und konzentrierte Mitarbeit Beobachtungskriterien: • Ausführungsqualität der Schlagtechniken • Individuelle Lernerfolge punktuell: • Präsentation der eingeführten Schlagtechniken |
| Vorhand – überkopfclear | Fachbegriffe • Erproben | FachbegriffeHoher AufschlagÜberkopfclearUnterhandclear | Miteinander spielen Wettkampf Regel - Test Beobachtungskriterium: Ausführungsqualität Konstante u. sichere Ausführung der Schlagvarianten Ergebnisse eines Wettkampfes |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|-----------------------------|---------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Laufen, Springen, Werfen | D, A | 5/6 | 4 | | 8 |

Ich erprobe mein Können – Laufen Werfen und Springen in großer Vielfalt anwenden (und wahrnehmen)

Kompetenzerwartungen: BWK 3.1, 3.2, 3.4; MK 3.1 u. 3.2; UK 3.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten der leichtathletischen Disziplinen ausführen und in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden
- die leichtathletische Disziplinen 50m Sprint, Weitsprung, Ballwurf und alternative Formen auf grundlegendem Fertigkeitsniveau ausführen

Methodenkompetenz:

Methodenkompetenz (MK):

- leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (1)
- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (2)

Urteilskompetenz (UK)

• die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen (2)

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Leistung (d)

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

Ich erprobe mein Können – Laufen Werfen und Springen in großer Vielfalt anwenden (und wahrnehmen) (4 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|--|
| Werfen in unterschiedlichen Anforderungssituationen Springen mit vielen Bewegungsvarianten (beid/einfüßig; Hock/Streck/Nieder) Fachbegriffe Bewegungsphasen beim Springen und Werfen (Anlauf, Absprung, Flug- u. Landephase; Anlauf – Abwurf) | Erproben verschiedener Wurf- und Sprungvarianten im Stationsbetrieb Beobachtungsbögen (Selbst- und Fremdbeobachtung) | Würfe über Hindernisse Würfe in Zielbereiche Würfe hoch und weit Würfe mit versch. Bällen und Gegenständen Vielfältige Wurfspiele Vielfältige Laufspiele/ Staffeln Springer gegen Läufer | unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Bewegungsqualität punktuell: - Wettspiele, in denen Werfen/Springen/Laufen kombiniert werden als Einzel/Teamwettbewerb |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|-----------------------------|---------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Laufen, springen, Werfen | D, A | 5/6 | 8 | | 9 |

1-2-3 – für einen leichtathletischen Dreikampf trainieren

Kompetenzerwartungen: BWK 3.1, 3.2, 3.4; MK 3.1 u. 3.2; UK 3.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten der leichtathletischen Disziplinen ausführen
- die leichtathletische Disziplinen 50m Sprint, Weitsprung, Ballwurf auf grundlegendem Fertigkeitsniveau individuell oder teamorientiert ausführen
- einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen.

Methodenkompetenz:

Methodenkompetenz (MK):

- leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (1)
- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (2)

Urteilskompetenz (UK)

• die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen (2)

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Leistung (d)

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

1-2-3 – für einen leichtathletischen Dreikampf trainieren (6 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|--|--|
| Bewegungsfolge des Schlagwurfs erlernen Bewegungsfolge des Weitsprungs verbessern (Absprung: immer näher an den Balken) Fachbegriffe Bewegungsphasen beim Springen und Werfen (Anlauf, Absprung, Flug- u. Landephase; Anlauf – Auftakt - Abwurf) | Spielformen als Übungsformen auch zur Leistungssteigerung Kleine Wettkämpfe als Heranführung an den Dreikampf | Laufspiele/Staffeln, die die Beschleunigungsfähigkeit fördern Beschleunigungsläufe Weit werfen | unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Bewegungsqualität punktuell: Dreikampf 50m Weitsprung Schlagballweitwurf Kriterien: Punktetabelle der BJSP |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser- Schwimmen | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| "Vor Wasser habe ich keine Angst"- | A, C, F, | 6 | 4 | | 10 |
| Vielfältige Bewegungserfahrungen im Element Wasser | | | | | |

Thema des UV:

Vielfältige Bewegungserfahrungen im Element Wasser

Kompetenzerwartungen: Angabe der Kurzform (gemäß Kartensatz) z.B.: BWK 6 4.1, UK 6 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Kleine Spiele im Wasser mit der Zielsetzung grundlegende Erfahrungen im und unter Wasser zu sammeln.

Urteilskompetenz:

- Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten in der jeweiligen Unterrichtsituation beurteilen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- a1 Wahrnehmung und Körpererfahrung
- a2 Informationsaufnahme und Verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- c2 Emotionen
- e3 (Spiel-) Regeln und deren Veränderung
- f1 Unfall- und Verletzungsprophylaxe

Jg. 6 Thema des UV: "Vor Wasser habe ich keine Angst"- Vielfältige Bewegungserfahrung im Element Wasser. (4 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|--|---|
| Inhalte - Bewegen im Wasser in seiner Vielfalt kennenlernen - Gleiten | - Einzelarbeit (EA) - Partnerarbeit (PA) | Gehen und laufen im Wasser Auf dem Wasser liegen und gleiten Abstoßen vom Beckenrand | Unterrichtsbegleitend: - Mitarbeit der (EA) und (PA) Beobachtungskriterien: -Intensität der Ausführung |
| Fachbegriffe - Auftrieb - Wasserwiderstand | | | |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser- | Päd. Perspektive | JahrgStufe | Dauer des | Vernetzen | Laufende |
|---|-------------------|------------|-----------|-----------|------------|
| Schwimmen | leitend/ergänzend | | UV Std. | mit UV | Nr. der UV |
| "So schwimme ich wie ein Frosch" – Das Brustschwimmen als grundlegende Technik erarbeiten. | A | 6 | 6 | | 11 |

Thema des UV:

"So schwimme ich wie ein Frosch" – Das Brustschwimmen als grundlegende Technik erarbeiten.

Kompetenzerwartungen: BWK 6 4.1, BWK 6 4.2, BWK 6 4.3, MK 6 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: einfache Übungs- und Bewegungsformen um die grundlegende Technik des Brustschwimmens zu erlernen. Komplexere Übungs- und Bewegungsformen zu Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten. Anwendung der erlernten Technik Über eine längere Distanz. Erlangen eines Schwimmabzeichens.

Methodenkompetenz: Schwimmbadspezifische Organisationsformen und grundlegende Regeln für das Bahnenschwimmen kennenlernen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- a1 Wahrnehmung und Körpererfahrung
- a2 Informationsaufnahme und Verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- a3 Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
- e4- Organisation von Sportgelegenheiten

Jg. 6 Thema der UV : "So schwimme ich wie ein Frosch" – Das Brustschwimmen als grundlegende Technik erarbeiten. (6 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|------------------------|
| Inhalte -die Grundformen des Brustschwimmens erlernen (Koordination von Arm- und Beinbewegung) Fachbegriffe - Brustarmzug - Brustbeinschlag | Einzelarbeit (EA) Partnerarbeit (PA) Bahnen schwimmen mit ausreichendem Abstand | - Differenziertes üben des Arm- und Beinzuges mit Einsatz von Brett, Poolboy, Nudel | Unterrichtsbegleitend: |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser- | Päd. Perspektive | JahrgStufe | Dauer des | Vernetzen | Laufende |
|--|-------------------|------------|-----------|-----------|------------|
| Schwimmen | leitend/ergänzend | | UV Std. | mit UV | Nr. der UV |
| "Springen ohne Angst und Übermut!" – Durch vielfältige Sprünge seine Grenzen ausloten. | A, B, C, | 6 | 3 | | 12 |

Thema des UV:

"Springen ohne Angst und Übermut!" – Durch vielfältige Sprünge seine Grenzen ausloten.

Kompetenzerwartungen: BWK 6 4.4, MK 6 4.1, UK 6 4.1, MK 6 4.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: das Springen aus unterschiedlichen Höhen unter Einhaltung grundlegender Sicherheitsmaßnahmen durchführen.

Methodenkompetenz: Organisationsformen einhalten. Bewältigung von Angstsituationen.

Urteilskompetenz:

 Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten in der jeweiligen Unterrichtsituation beurteilen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- a1 Wahrnehmung und Körpererfahrung
- **b2 Variationen von Bewegungen**
- c1 Spannung und Risiko
- c2 Emotionen

Jg. 6 Thema der UV : "Springen ohne Angst und Übermut!" – Durch vielfältige Sprünge seine Grenzen ausloten. (3 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|--|------------------------|
| Inhalte - unterschiedliche Sprünge aus versch. Höhen ausführen Fachbegriffe - Startblock - Strecksprung - Hocksprung - Kopfsprung | - Einzelarbeit (EA) - Partnerarbeit (PA) | Sprünge vom Rand, Startblock, 1m-Brett und 3m- Brett | Unterrichtsbegleitend: |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser- | Päd. Perspektive | JahrgStufe | Dauer des | Vernetzen | Laufende |
|---|-------------------|------------|-----------|-----------|------------|
| Schwimmen | leitend/ergänzend | | UV Std. | mit UV | Nr. der UV |
| "Tauchen besonders weit, oft und tief!" – Sich unter Wasser sicher bewegen und orientieren. | A, C, D | 6 | 3 | | 13 |

Thema des UV:

"Tauchen besonders weit, oft und tief!" – Sich unter Wasser sicher bewegen und orientieren.

Kompetenzerwartungen: BWK 6 4.4, BWK 6 4.5, MK 6 4.1, MK 6 4.2, UK 6 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: das Tauchen in unterschiedlichen Tiefen und Längen durchführen und dabei grundlegende Sicherheitsaspekte zu Druckausgleich berücksichtigen. Unterschiedliche Gegenstände heraufholen und transportieren.

Methodenkompetenz: Organisationsformen einhalten. Bewältigung von Angstsituationen.

Urteilskompetenz: Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten in der jeweiligen

Unterrichtsituation beurteilen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- a1 Wahrnehmung und Körpererfahrung
- c1 Spannung und Risiko
- c2 Emotionen
- d2 Methoden zur Leistungssteigerung

Jg. 6 Thema UV: "Tauchen besonders weit, oft und tief!" – Sich unter Wasser sicher bewegen und orientieren. (3 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|------------------------|
| Inhalte - unterschiedliche Tauchmöglichkeiten Fachbegriffe - Druckausgleich - Auftrieb - Gleiten | Einzelarbeit (EA Partnerarbeit (PA) Gruppenarbeit (GA) Stationsbetrieb | - Streckentauchen (5m, 10m, 15m, 20m, 25m) Einsatz von Tauchringen - Unterwasserzug | Unterrichtsbegleitend: |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser- | Päd. Perspektive | JahrgStufe | Dauer des | Vernetzen | Laufende |
|---|-------------------|------------|-----------|-----------|------------|
| Schwimmen | leitend/ergänzend | | UV Std. | mit UV | Nr. der UV |
| "Auch auf dem Rücken komme ich voran!" – Einführung des Rückenschwimmens | A | 6 | 8 | | 14 |

Thema des UV:

"Auch auf dem Rücken komme ich voran!" – Einführung des Rückenschwimmens

Kompetenzerwartungen: BWK 6 4.1, BWK 6 4.2, MK 6 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: einfache Übungs- und Bewegungsformen um die grundlegende Technik des Rückenschwimmens zu erlernen. Komplexere Übungs- und Bewegungsformen zu Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten. Anwendung der erlernten Technik über eine längere Distanz.

Methodenkompetenz: Organisationsformen einhalten

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:

- a1 Wahrnehmung und Körpererfahrung
- a2 Informationsaufnahme und Verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- a3 Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

Jg. 6 Thema des UV : "Auch auf dem Rücken komme ich voran!" – Einführung des Rückenschwimmens (8 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|------------------------|
| Inhalte - Grundformen des Rückenschwimmens erlernen (Koordination von Arm- und Beinbewegung) beim Rückenkraul Fachbegriffe - Armzug - Beinschlag - Wechselzugtechnik | Theoretische Einführung und Demonstration Einzelarbeit (EA) Partnerarbeit (PA) | Schwimmbrett und Poolboy Bewegungsbilder Verbesserung der technischen Details | Unterrichtsbegleitend: |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser- | Päd. Perspektive | JahrgStufe | Dauer des | Vernetzen | Laufende |
|--|-------------------|------------|-----------|-----------|------------|
| Schwimmen | leitend/ergänzend | | UV Std. | mit UV | Nr. der UV |
| "Jetzt zeige ich was ich kann!" – Erlangen von Schwimmabzeichen | D, E | 6 | 6 | | 15 |

Thema des UV:

"Jetzt zeige ich, was ich kann!" – Erlangen von Schwimmabzeichen

Kompetenzerwartungen: BWK 6 4.3, BWK 6 4.4, BWK 6 4.5, MK 6 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: wir wiederholen und festigen die bisher erlernten Schwimm- und Übungsformen unter dem Aspekt der individuellen Ausdauer und Leistungsfähigkeit.

Methodenkompetenz: ein Organisationsrahmen und grundlegende Regeln einhalten

Inhaltsfeld/er- inhaltliche Schwerpunkte

d1 – Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit

d3 – Differenziertes Leistungsverständnis

e1 - Mit- und Gegeneinander

Jg. 6 Thema des UV "Jetzt zeige ich, was ich kann!" – Erlangen von Schwimmabzeichen (6 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|----------------------------|--|---|
| Inhalte Erlangen des Bronze- und Silberabzeichens Fachbegriffe - Baderegeln | - Einzelüberprüfung (EÜ) | Streckenschwimmen (8 bzw. 16 Bahnen) Rückenschwimmen Streckentauchen 10m Tieftauchen 2m + 1-2 Ringe Kopfsprung vom Beckenrand Sprung vom 1m bzw.3m Brett Baderegeln Stoppuhr Ringe | Punktuell: - technische korrekte Ausführung der geforderten Leistung Beobachtungskriterium: - Bewertung (mit Zertifizierung) |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 7 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Spielen in und mit Regelstrukturen - Volleyball | AE | 6 | 6 | | 16 |

Thema des UV: Minivolleyball - Volleyball in vereinfachter Form mit- und gegeneinander spielen

Kompetenzerwartungen: BWK 1,2,4; MK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- die grundlegenden technisch-koordinativen Fertigkeiten des Volleyball anwenden, benennen und erläutern (1)
- sich in der einfachen Handlungssituation des Minivolleyball angemessen verhalten (2)
- ein großes Mannschaftsspiel in vereinfachter Form fair spielen (4)

Methodenkompetenz (MK):

• grundlegende spieltypische verbale Kommunikationsformen anwenden (2)

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Informationsaufnahme anhand von demonstrierten Techniken (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens im Minivolleyball (3)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- Miteinander in kooperativen Sportformen (1)
- soziale und organisatorische Aspekte von Gruppenbildung (2)
- Spielregeln (3)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Thema des UV: Minivolleyball – Volleyball in vereinfachter Form mit- und gegeneinander spielen (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände | Leistungsbewertung |
|---|---|--|---|
| Erstkontakt mit dem Sportgerät herstellen Grundlagen des Umgangs mit Volleybällen und Netz Grundlegende Techniken vermitteln Spaß am Volleyball vermitteln kleinere Bälle einsetzen (Größe 4) | Umgang mit Volleybällen Bewegungsdemonstration des Pritschen und Baggern und eines einfachen Aufschlages Zusammenarbeit beim Üben Minivolleyball = zu dritt weg vom Stehen – hin zur Bewegung | rollende und fliegende Volleybälle (Mini-Volleyball Größe 4) Pritschen und Baggern sicher vermitteln beide Techniken in vielen spielerischen Situationen zu zweit, dritt, viert üben und festigen ein einfaches Spiel mit nur wenigen Grundregeln bei Netzhöhe von ca 2m Fachbegriffe Pritschen Baggern Aufschlag | Einhalten der Übungsaufgaben Grad der Anstrengung und Wiederholungen sachgerechter Umgang mit den Gerätschaften Mithilfe bei Auf- und Abbau, punktuell Überprüfung der Techniken in der Grobform. Überprüfung des Spielverhaltens im Mini-Volleyball 3 mit 3. |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik, Tanz, Bewegungskünste | b /a | 6 | 5 | | 17 |

Thema des UV: Jonglieren, Werfen und Gestalten – Bewegungskünste mit Wurf- und Jonglageobjekten unter Berücksichtigung der Synchronität und des Partnerbezugs erlernen und eine Partnerkür entwickeln und präsentieren

Kompetenzerwartungen: BWK 6 6.2, BWK 6 6.4, MK 6 6.2, UK 6 6.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Mit ungewöhnlichen Materialien (z.B. Alltagsobjekte) experimentieren und ausgewählte Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens auf andere Objekte übertragen. (BWK 6 6.2)
- Grundlegende Elemente der Bewegungskünste (z.B. Jonglieren, Bewegungstheater, Schwarzlicht oder Schattentheater) allein oder mit Partnerin/Partner ausführen (BWK 6 6.4)

Methodenkompetenz:

- Einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltung Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z.B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formation) entwickeln und präsentieren. (MK 6 6.2)

Urteilskompetenz:

- einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten. (UK 6 6.1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:

- b: Gestaltungsformen und -kriterien
- b: Wahrnehmung und Körpererfahrung

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik, Tanz, Bewegungskünste

Thema des UV (6): "Jonglieren, Werfen und Gestalten – Bewegungskünste mit Wurf- und Jonglageobjekten unter Berücksichtigung der Synchronität und des Partnerbezugs erlernen und eine Partnerkür entwickeln und präsentieren" (5 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|--|
| Verbesserung der Genauigkeit des Werfens und Fangens Erlernen von Grundtechniken der Jonglage mit verschiedenen Objekten Experimentieren mit Alltagsobjekten | StationenlernenKlassenunterrichtPartnerarbeit | Stationskarten Jonglageaufgaben mit Geräten/Gegenständen z.B. Petflaschen, Keulen, Bälle, | prozessbegleitend: • Soziale Interaktion in der Gruppe/mit dem Partner • Kreativität in der PA • Einhaltung der Klassenregeln |
| Erweiterung der Jonglagetechniken durch komplexere Übungen und Partnerbezug Gestaltung einer Präsentation aus Übungsfolgen mit dem Partner Kriteriengeleitete Bewertung von Präsentationen | | Tücher etc. • Bewertungsbögen | Beteiligung in den Reflexionsphasen Verbesserung der Jonglagetechniken |
| Fachbegriffe Bewegungsrhythmus Flugkurve (Auge-Hand)-Koordination Elastizität der Bewegung Kaskade, Shower etc | Fachbegriffe Reflexion Kombination Synchronität | Fachbegriffe Grifffläche Rotation Schwerpunkt | Ergebnisse der Partnerarbeit (z.B. anhand der Kriterien Synchronität, fließende Bewegung, Schwierigkeitsgrad der Übung, Kreativität etc Sicherheit der Technik |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: 1.2 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | A,F | 6 | 3 | | 18 |

Thema des UV: "Ich strenge mich an und erhole mich" - Regeneration nach körperlicher Belastung durch Entspannungstechniken

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 1.2, 1.3, 6 MK 1.1, 6 UK 1.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- BWK 1.2 in sportbezogenen Anforderungssituationen psychophysische Leistungsfähigkeit (z.B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen nachweisen und grundlegend beschreiben.
- 6 BWK 1.3 eine grundlegende Entspannungstechnik (z. B. Phantasiereise) angeleitet ausführen sowie den Aufbau und die Funktion beschreiben.

Methodenkompetenz:

• MK 1.1 Allgemeine Aufwärmprinzipien allein in der Gruppe anwenden

Urteilskompetenz:

• UK1.1 ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien ansatzweise – auch mit Blick auf Eigenverantwortung – beurteilen.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1,f2

Angabe des 1. Inhaltsfeldes (a - f)

- IF a.1 Wahrnehmung und Körpererfahrung

Angabe des 2. Inhaltsfeldes (a - f)

IF f.2 Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Thema des UV (BF 1.2): "Ich strenge mich an und erhole mich" - Regeneration nach körperlicher Belastung durch eine Entspannungstechnik" (3 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|--|--|
| Inhalte - Fitnessorientiertes Zirkeltraining - Grundlegende Merkmale einzelner Entspannungsmethoden vermitteln - Bezug zu bio-psycho- sozialem Kontext | Methoden erarbeiten Fantasiereise (eventuell durch Vermittlung von Inhalten der Progressiven Muskelrelaxation und dem Autogenen Training) Lernaufgabe: Erproben verschiedener Entspannungstechniken Fachbegriffe | Gegenstände - Fitnessorientiertes Zirkeltraining - unterschiedliche Formen/Methoden der Entspannung: - Fantasiereise - Progressive Muskelrelaxation | prozessbegleitend: • Beobachtungskriterien: • Anstrengungsbereitschaft • Schülerverhalten • Konzentrationsfähigkeit • Reflexionsfähigkeit |
| Fachbegriffe - Kondition - Fitness - Grundlagen der Trainingslehre - (Stress, Stressmodell) - Anspannung-Entspannung - (Ruhe-Schwere-Wärme-Herz-Atmung) | Belastungsintensität, Belastungsdichte, Belastungsdauer Erarbeitung von Ruhepositionen (Sitz, Liegen, Kutschersitz) (Entspannungstagebuch) | Autogenes Training Fachbegriffe Kraft Ausdauer Biofeedback (Atmung, Herzfrequenz) Transfer in den Alltag und zu Situationen in der Schule (Prüfungsangst, sportlicher Wettbewerb) | punktuell: Beobachtungskriterium: - sich Einlassen können |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.4 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Laufen, Springen Werfen – Leichtathletik 5/6 | ADF | 6 | 4 | | 19 |

Ganz schön aus der Puste? - Ausdauerndes Laufen vielfältig erproben

Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

beim Laufen eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegend körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben (3)

Methodenkompetenz (MK)

- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (2)

Urteilskompetenz (UK)

- die individuelle Gestaltung des Lauftempos bei einer Mittelzeitausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen (1)

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Leistung (d)

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

- Methoden zur Leistungssteigerung (2)
- Differenziertes Leistungsverständnis (relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)

Gesundheit (f)

Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)

Ganz schön aus der Puste? - Ausdauerndes Laufen vielfältig erproben (4 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|---|---|
| individuelle anaerobe/ aerobe Belastungen wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen Anpassung der Laufgeschwindigkeit an die individuelle Leistungsfähigkeit Merkmale körperlicher Reaktionen bei ausdauerndem Laufen benennen Fachbegriffe anaerob - aerob | Beobachtungsbogen zu körperlichen Merkmalen beim ausdauernden Laufen Erstellen eines Laufparcours als Alternative zu normierten Rundenläufen Fachbegriffe - Methodenkompetenz: Beobachtungsbogen (Selbstund Fremdbeobachtung) Zeichnerische Darstellung einer Parcoursplanung | Einfache Rundenläufe Selbstgestaltete Laufparcours draußen und in der Halle Zeit(schätz)läufe | unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Durchhaltevermögen punktuell: eine nicht – normierte MZA I (bis 10 Minuten) erbringen Kriterien: Laufen ohne Unterbrechung |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|-----------------------------|---------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Bewegen an Geräten - Turnen | c/b | 6 | 7 | | 20 |

Thema des UV: Wir können gemeinsam turnen ... aber sicher –
Grundlegende Partner- und Gruppenakrobatiken erlernen und grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden und Minitrampolin vertiefen und in einer sicherheitsorientierten Gruppenvorführung präsentieren, beschreiben und bewerten

Kompetenzerwartungen: BWK 6 5.2, BWK 6 5.4, MK 6 5.2, UK 6 5.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z.b Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben (BWK 6 5.2)
- Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen fließend verbinden und an einer Gerätebahn in der Grobform turnen. (BWK 6 5.4)

Methodenkompetenz:

- In turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits-und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden. (MK 6 5.2)

Urteilskompetenz:

- Turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z.B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten. (UK 6 5.1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

c: Spannung und Risiko

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

b: Gestaltungsformen und -kriterien

Bewegen an Geräten- Turnen

Thema des UV (6): Wir können gemeinsam turnen... aber sicher – Grundlegende Partner- und Gruppenakrobatiken erlernen und grundlegende Fertigkeiten am Boden und Mini-Trampolin vertiefen und in einer sicherheitsorientierten Gruppenvorführung präsentieren, beschreiben und bewerten (7 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|--|---|
| Wiederholung des sicherheitsorientierten Auf- und Abbau verschiedener Geräte Vertiefung der Bewegungserfahrungen am Mini-Trampolin Erlernen verschiedener Akrobatikelemente Kombination von Elementen am Mini- Tramp und der Akrobatik | sowie Einführung in die Akrobatik | Sprünge am Trampolin Elemente der Partner-und Gruppenakrobatik Hilfestellungen bei der Akrobatik und am Mini-Trampolin | Sicherer Aufbau und regelmäßige Kontrolle der Geräte Konzentriertes und beständiges Üben der Bewegungen Einhaltung der Klassenregeln Beteiligung in den Reflexionsphasen |
| Fachbegriffe Mini- Trampolin: Körperspannung, Bezeichnung der Sprünge z.B. Grätschsprung Fachgerechte Bezeichnungen der Geräte z.B. Weichboden, Niedersprungmatte | Fachbegriffe Bewegungsfertigkeiten und Bewegungstechniken Bewegungsfolge Choreographie | Fachbegriffe Absprung und Landung beim Springen Angst und Angstbewältigung Elemente z.B. Eifelturm | Partner- und Gruppenchoreographie anhand Kriterien z.B. Hilfestellung, Schwierigkeitsgrad Individuelle Kriterien z.B. Körperspannung |

Schulinternes Curriculum Sport Gesamtschule Iserlohn Jahrgang 6

| Bewegungsfeld/Sportbereich 8.1 | Päd. Perspektive (leitend/ergänzend) | Jahrgangsstufe | Dauer des UV (Stunden) | Vernetzung mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--------------------------------|--------------------------------------|----------------|---------------------------|----------------------|------------------------|
| Gleiten , Fahren, Rollen | A / C | 6 | 6 | UV 8.2 (Jg. 8) | 21 |

Rollen, aber sicher – erste Bewegungserfahrungen auf Rollen (Inliner, Waveboard, Skateboard)

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerätsicher fortbewegen, sowie die Fahrtrichtung ändern, ausweichen und bremsen, Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen (1)
- Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen (2)

Methodenkompetenz (MK)

- grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschre3iben und verlässlich einhalten (1)

Urteilskompetenz (UK)

- Gefahrenmomente beim Gleiten oder Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a₁, a₂, c₁, c₃, f₁

Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)

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

Wagnis und Verantwortung (c)

- Spannung und Risiko (1)
- Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder –minderung) (3) Gesundheit (f)
 - Unfall- und Verletzungsprophylaxe

Gleiten , Fahren, Rollen

Thema des UV (BF 8.1): Rollen, aber sicher – erste Bewegungserfahrungen auf Rollen (Inliner, Waveboard, Skateboard); Dauer des UV: 6 Std.

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände | Leistungsbewertung |
|--|--|---|--|
| Unterschiedliche Anforderungen im Lernprozess beim Erlernen des Rollens Sinnhaftigkeit der Sicherheitsregeln (Beherrschen der Geschwindigkeit, Verhalten im Straßenverkehr, Tragen von Schutzausrüstung) Fachbegriffe Protection (Knie, Ellenbogen, Handgelenk) Brems und Kurventechniken (Side-Stop, Überkreuztechnik) | Lernaufgabe: Entwickeln eines an das Können der Lerngruppe angepassten Geschicklichkeitsparcours mit unterschiedlichen Anforderungsniveaus Methodenkompetenz/ Urteilskompetenz: Entwickeln und Erproben (Schüler-/Lehrerinfo) Partnerbeobachtung für den Lernprozess nutzbar machen | Gegenstände Brems-, Fahr- und Kurventechniken Fallschule Geschicklichkeitsparcours auf Rollen Ggf. Biathlonformen Fachbegriffe s. links | unterrichtsbegleitend: Kenntnis und Einhaltung der Sicherheitsregeln Partnerbeobachtung und konstruktive Rückmeldung an den Partner während des Lernprozesses Arbeit am Geschicklichkeitsparcours Individuelles Bemühen während des Lernprozesses Beobachtungskriterien: Umsetzen der Rückmeldungen des Partners Einhalten der Sicherheitsregeln punktuell: Präsentation einer Station im Geschicklichkeitsparcours Präsentation einer Fahrtechnik Bewältigung des Parcours Beobachtungskriterien: Sicherheit, flüssige Bewegung |

| Bewegungsfeld/Sportbereich:7 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|------------------------------------|---------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Spielen in und mit Regelstrukturen | A, e, | 6 | 8 | | 22 |

Thema des UV: Techniken im Basketballsport, Vortaktik

Kompetenzerwartungen: Angabe der Kurzform (gemäß Kartensatz) z.B.: 6 BWK 6 7.1 – 7.5, 6 MK 6 7.1 – 7.3, 6 UK 7.1 – 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 und mannschaftsdienlich spielen.
- sich in einfachen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.
- ein großes Mannschaftsspiel in vereinfachter Form fair mit- und gegeneinander spielen.
- ein Partnerspiel in vereinfachter Form regelgerecht, fair mit- und gegeneinander spielen.

Methodenkompetenz:

- spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden.
- einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und umsetzen.
- grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktionen benennen

Urteilskompetenz:

- die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten an Hand vorgegebener Kriterien grundlegend beurteilen.
- einfache Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen

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

Kooperation und Konkurrenz

- - Mit und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
- - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
- - (Spiel-) Regeln und deren Veränderung

Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung

- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des modernen Lernens
- Leistung: Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)

Thema des UV 3.4: "Techniken im Basketballsport, Vortaktik 1:1 und 1:1 + 1" (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|---------------------------|--|
| Erlernen der elementaren Grundtechniken im Basketball mit Hilfe spielerischer Übungsformen Fachbegriffe Grobform der Technikelemente - Passen und Fangen - Dribbeln - Korbleger - Positionswurf Vortaktiken - Verteidigungsposition - Rebound - Handwechsel im Dribbling - Freilaufen - Schneiden zum Korb | Stationen Lernen: Methodische Übungsreihen Stationstraining Beobachtungsbogen zu körperlichen Merkmalen beim ausdauernden Laufen Fachbegriffe - Methodenkompetenz: Stationen Lernen (Schülerinfo) Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) Schiedsrichterzeichen: Foul, Einwurf, Freiwurf, | | unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Durchhaltevermögen - Individuelle Verbesserungen punktuell: Techniküberprüfungen nach vorgegebenen Bewegungskriterien Kriterien: Siehe Beobachtungszettel |

Jahrgang 7 Abfolge der UV

Anmerkung: Wenn im ersten Halbjahr Schwimmen ansteht, müssen die UV des BF 3 (Laufen, Springen, Werfen) am Ende des zweiten Halbjahres unterrichtet werden, die nachstehende Version bezieht sich auf den Fall, dass Schwimmen im zweiten Halbjahr unterrichtet wird.

| | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Laufende Nr. der UV |
|--|------------------------------------|------------|----------------------|------------------------|
| Laufen, Springen Werfen – Leichtathletik 7/8 | ADF | 7 | 5 | 23 |

Fit und gesund – Ausdauersport tut mir gut

Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 20 Minuten)gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben (3.3)

Methodenkompetenz (MK)

- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (2) Wdhl.6
- unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren.) (1)

Urteilskompetenz (UK)

- die individuelle Gestaltung des Lauftempos bei einer Mittelzeitausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen (1) Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 1, d 1, d 2, d 3, f 2 (leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Leistung (d)

- Methoden zur Leistungssteigerung (2)
- Differenziertes Leistungsverständnis (relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)

Gesundheit (f)

Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)

Fit und gesund – Ausdauersport tut mir gut (5 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| individuelle anaerobe aerobe Belastunger wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkei einschätzen Anpassung de Laufgeschwindigkeit an die individuelle Leistungsfähigkeit Merkmale körperliche Reaktionen be ausdauerndem Laufer benennen Fachbegriffe anaerob - aerob | zu körperlichen Merkmalen beim ausdauernden Laufen Fachbegriffe Methodenkompetenz: Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) | Einfache Rundenläufe Zeit(schätz)läufe Halle, Sportplatz, Gelände | unterrichtsbegleitend: Anstrengungsbereitschaft Durchhaltevermögen punktuell: eine nicht – normierte MZA I (bis 20 Minuten) erbringen Kriterien: Laufen ohne Unterbrechung |

| | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Laufende Nr. der UV |
|--|---------------------------------------|------------|----------------------|------------------------|
| Laufen, Springen Werfen – Leichtathletik 7/8 | D, A | 7 | 5 | 24 |

Kombinieren und im Team agieren – Laufen, Springen, Werfen in spielerischen Wettkampfsituationen erproben

Kompetenzerwartungen: BWK 3.1, 3.2, MK 3.1 u. 3.2; UK 3.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) leichtathletischer Disziplinen ausführen und erläutern sowie für das Aufwärmen nutzen. (1)
- leichtathletische Disziplinen (u. a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitsniveau individuell und teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen (2)

Methodenkompetenz (MK):

- leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (1)
- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (2)

Urteilskompetenz (UK)

• die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen (1)

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Leistung (d)

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

Kombinieren und im Team agieren – Laufen, Springen, Werfen in spielerischen Wettkampfsituationen erproben (5 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|
| | | | |

- Werfen in unterschiedlichen Anforderungssituationen
- Springen mit vielen Bewegungsvarianten (beid/einfüßig; Hock/Streck/Nieder)

Fakultativ:

- Leistungsstärke der Klasse einschätzen/beurteilen
- Biathlon anhand der Ergebnisse konzipieren, durchführen und bewerten
- Gemeinsam Lösungen für Probleme/Aufgaben finden

Fachbegriffe

 Bewegungsphasen beim Springen und Werfen (Anlauf, Absprung, Flug- u. Landephase; Anlauf – Abwurf)

- Gruppenfindu
 ngsprozesse und Partnerwahl
 nach definierten Maßstäben
- Normierte
 Wertungsbögen zum Biathlon erstellen und anwenden
- App: hudl technique; Video Coach zur Visualisierung der eigenen Bewegung mit anschließender Bewegungsanalyse der Techniken anhand festgelegter Kriterien (Medienkompetenz 1.1/1.2)
 - •

Gegenstände

- Würfe über Hindernisse
- Würfe in Zielbereiche
- Würfe hoch und weit
- Würfe mit versch. Bällen und Gegenständen
- Vielfältige Wurfspiele
- □Vielfältige Laufspiele/ Staffeln
- □Springer gegen Läufer

unterrichtsbegleitend:

- Anstrengungsber eitschaft
- □ Bewegungsqualit ät

punktuell:

Wettspiele, in denen
 Werfen/Springen/Laufen
 kombiniert werden als
 Einzel/Teamwettbewerb
 (z.B. Biathlon)

| | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Laufende Nr. der UV |
|-----------------------------|------------------------------------|------------|----------------------|------------------------|
| Bewegen an Geräten - Turnen | c/ f | 7 | 10 | 25 |

Thema des UV: Sichern, dass sich die Balken biegen – Gemeinsames Erlernen und Beurteilen grundlegender Bewegungsfolgen und Schulung von Sicherheits- und Hilfestellungen am Parallelbarren und Schwebebalken

Kompetenzerwartungen: BWK 8 5.1, MK 8 5.2, UK 8 5.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Reck, Stufen-oder Parallelbarren) ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren (BWK 8 5.1)

Methodenkompetenz:

- Grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen beschreiben und situationsangemessen anwenden (MK 8 5.2)

Urteilskompetenz:

Bewegungssituationen und Bewegungsarrangements im Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen (UK 8 5.1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

c: Spannung und Risiko / Handlungssteuerung

f: Unfall- und Verletzungsprophylaxe

Thema des UV (7): Sichern, dass sich die Balken biegen- Gemeinsames Erlernen und Beurteilen grundlegender Bewegungsfolgen und Schulung von Sicherheits- und Hilfestellungen am Parallelbarren und Schwebebalken (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|

| Inhalte | Sozialform | Gegenstände | prozessbegleitend: |
|--|--|--|---|
| Wiederholung des sicherheitsorientierten Auf- und Abbau verschiedener Geräte Erlernen der Hilfestellung z.B. Oberarm-Klammergriff, als vertrauensbildende Maßnahme und zur Verletzungsprävention Üben verschiedener Bewegungen am Parallelbarren und auf dem Schwebebalken Erarbeiten einer Bewegungsfolge am Schwebebalken und Parallelbarren Fachbegriffe Bezeichnung verschiedener | Klassenunterricht: Einführung am Schwebebalken und Parallelbalken Klassenunterricht: Einführung zur Sicherheitsstellung als vertrauensbildende Maßnahme Partnerarbeit: Üben und kombinieren von Bewegungsfertigkeiten App: hud technique; Video Coach zur Visualisierung der eigenen Bewegung mit anschließender Bewegungsanalyse der Techniken anhand festgelegter Kriterien (Medienkompetenz 1.1/1.2) | Schwebebalken und Parallelbarren Bewegungsfolgen am Schwebebalken/Parallelbarren Hilfestellungen | Sicherer Aufbau und regelmäßige Kontrolle der Geräte Konzentriertes und beständiges Üben der Bewegungen Einhaltung der Klassenregeln Beteiligung in den Reflexionsphasen |
| Verletzungsprophylaxe Fachgerechte Bezeichnungen der Geräte z.B. Weichboden, Niedersprungmatte | • Fachbegriffe | Verletzungsprophylaxe Angst und Angstbewältigung Bewegungsfertigkeiten z.B. Standwaage | Bewegungsfertigkeiten am Schwebebalken und Parallelbarren Bewegungsfolge am Schwebebalken und Parallelbarren |
| Sicherheits- und Hilfestellung | Bewegungsfertigk eiten und Bewegungstechniken Bewegungsfolge Sicherheits- und Hilfestellungen | | |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Laufende Nr. der UV |
|--|------------------------------------|------------|----------------------|------------------------|
| Spielen in u. mit Regelstrukturen – Sportspiele Badminton 1 | E, A | 7 | 10 | 26 |

Thema des UV: Badminton - Vom Federball zum Badminton

Kompetenzerwartungen: BWK 1 / BWK 5 / MK 3 / UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen (BWK 67.1
- ein Partnerspiel in vereinfachter Form regelgerecht, fair mit- und gegeneinander spielen (BWK 6 7.5)

Methodenkompetenz:

- einfache graphische Darstellung von Spielsituationen (Mk 6 7.2)
 - grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktion benennen (MK 6 7.3)

Urteilskompetenz:

- die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten an Hand vorgegebener Kriterien grundlegend beurteilen (UK 6 7.1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1 / a 2 / e 1

Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (e1)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7

Thema des UV (7.3): "Badminton - Den Gegner laufen lassen" (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | sche Entscheidungen Methodische Entscheidungen | | Leistungsbewertung |
|----------------------------|--|--|--------------------|
| | | | |

| Inhalte Geg | egenstände | prozessbegleitend: |
|---|---|-------------------------------|
| ■ Wiederholung und Erweiterung der Grundtechniken Hoher Aufschlag / Vorhand - Überkopfclear / Unterhand - Clear Drop □ ZP und Laufwege □ Spielen in festgelegte Zielund Zuspielbereiche □ Den gegnerischen Spieler überlisten: technisch - koordinativ und taktisch - kognitiv angemessen handeln □ Regelgerechtes. auf Erfolg | □Lauftechnik aus der ZP an das Netz und die Grundlinie □Übungsformen zu den Vor-, Rückhand- und Unterhandschlägen □Schlagkombinationen : aus der zentralen Position drängen □chbegriffe □ZP □Drop • Hoher Aufschlag | Angemessenes Anwenden der |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser Schwimmen | -Päd. Perspektive leitend/ergänzend | 5 | | Laufende Nr. der UV |
|--|--|---|---|------------------------|
| "Besser kraulen als ein Hund!" – Das Kraulschwimmen | A, E | 7 | 7 | 27 |
| als weitere und schnellere Schwimmtechnik erlernen | | | | |

Thema des UV:

"Besser kraulen als ein Hund!" - Das Kraulschwimmen als weitere und schnellere Schwimmtechnik erlernen

Kompetenzerwartungen: BWK 10 4.1, BWK 10 4.2, MK 10 4.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Übungs- und Bewegungsformen um die grundlegende Technik des Kraulschwimmens zu erlernen. Komplexere Übungs- und Bewegungsformen zu Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten. Anwendung der erlernten Technik über vorgegebene Distanzen mit Atmung und Wende.

Methodenkompetenz: Kleine Wettkämpfe mit unterschiedlichen Schwimmhilfen.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte :

- a1 Wahrnehmung und Körpererfahrung
- a2 Informationsaufnahme und Verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- a3 Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
- b1 Gestaltungsformen u. kriterien (individuell u. gruppenspezifisch)
- b3 Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und objekte
- e1 Mit- und Gegeneinander

Thema des UV 7: "Besser kraulen als ein Hund!" – Das Kraulschwimmen als weitere und schnellere Schwimmtechnik erlernen (7 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|----------------------------|----------------------------|----------------------------|--------------------|
| | | | |

| Inhalte - - Fachl - - | und - - | Theoretische Einführung Demonstration Einzelarbeit (EA) Partnerarbeit (PA) | und Poolboy und Poolboy er der | Paddels Bewegungsbild Verbesserung en Details | Unterrichtsbegleitend - ereitschaft - Wasser Beobachtungskriterie - auf dem Wasse Punktuell: - korrekte Ausfü - r - gung (25m) | Anstrengungsb Orientierung im en: Schwimmlage er technische |
|--------------------------------------|---------------|---|-----------------------------------|--|--|---|
| | | | | | Beobachtungskriteriu - Ausführung (mit Arbeitskarten) | m: ideale |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: | Bewegen | im Wasse | r-Päd. Perspektive | JahrgStufe | Dauer des | Vernetzen | Laufende |
|--|-----------|---------------|--------------------|------------|-----------|-----------|------------|
| Schwimmen | | | leitend/ergänzend | | UV Std. | mit UV | Nr. der UV |
| "Ohne Ende schwimmen!" individuellen Fähigkeiten | – Ausdaue | rtraining nad | hD, E, F | 7 | 6 | | 28 |

Thema des UV 8:

"Ohne Ende schwimmen!" – Ausdauertraining nach individuellen Fähigkeiten

Kompetenzerwartungen: BWK 10 4.3, BWK 10 4.6, MK 10 4.1, UK 10 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Anwendung der bisher erlernten Schwimmtechniken in einem individuell festgelegten

Zeitrahmen.

Methodenkompetenz: Merkmale des gesundheitsorientierten Ausdauer-Schwimmtrainings erkennen und erläutern.

Urteilskompetenz: Die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beurteilen und einschätzen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- d2 Methoden zur Leistungssteigerung
- d3 Differenziertes Leistungsverständnis
- e1 Mit- und Gegeneinander
- e2 Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
- f2 Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Jg. 7 Thema des UV 8: "Ohne Ende schwimmen!" – Ausdauertraining nach individuellen Fähigkeiten (6 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|--|
| Inhalte Anwendung aller Schwimmtechniken unter Berücksichtigung der Ausdauerkomponente Fachbegriffe Aerobe und Anaerobe Ausdauerfähigkeit | Theoretische Einführung Einzelarbeit (EA) Gruppenarbeit Partnerarbeit (PA) | Training nach Vorgabe von Zeit u.o. Strecke Verbesserung der technischen Details Stoppuhr | Unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsb ereitschaft Beobachtungskriterien: - Leistungsbereit schaft ohne Pausen Punktuell: - Zeitlimits einhalten |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser | -Päd. Perspektive | JahrgStufe | Dauer des | Vernetzen | Laufende |
|---|-------------------|------------|-----------|-----------|------------|
| Schwimmen | leitend/ergänzend | | UV Std. | mit UV | Nr. der UV |
| | | | | | |
| "Tauchen, aber sicher!" – Vermittlung des Tief- und | C, D, F | 7 | 3 | | 29 |
| Streckentauchens | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

Thema des UV 9

"Tauchen, aber sicher!" – Vermittlung des Tief- und Streckentauchens

Kompetenzerwartungen: BWK 10 4.5,

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Mit und ohne Startsprung eine Tauchstrecke (tief und lang) bewältigen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

c2 - Emotionen

d1 – Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit

d2 - Methoden zur Leistungssteigerung

d3 - Differenziertes Leistungsverständnis

f1 - Unfall- und Verletzungsprophylaxe

Jg. 7 Thema des UV 9: "Tauchen, aber sicher!" – Vermittlung des Tief- und Streckentauchens (3 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|-------------------------------|--|--|
| Inhalte Verbesserung des Tief- und Streckentauchens im Hinblick auf das Erlangen des Schwimmabzeichens "Gold" Fachbegriffe - Druckausgleich - Auftrieb und Vortrieb | - Theoretische Einführung und | - Streckentauche n 15m - Herausholen von drei Ringen aus 2m Tiefe. | Punktuell: - Überprüfung der Leistungskriterien für "Silber" und "Gold" |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser- | Päd. Perspektive | JahrgStufe | Dauer des | Vernetzen | Laufende |
|---|-------------------|------------|-----------|-----------|------------|
| Schwimmen | leitend/ergänzend | | UV Std. | mit UV | Nr. der UV |
| "Jetzt zeige ich, was ich kann!" – Erlangung von Schwimmabzeichen. | B, C, D, E | 8 | 6 | | 30 |
| | | | | | |

Thema des UV 10

"Jetzt zeige ich, was ich kann!" – Erlangung von Schwimmabzeichen.

Kompetenzerwartungen: BWK 6 4.3, BWK 6 4.4, BWK 6 4.5, BWK 8 4.1, BWK 10 4.4, MK 8 4.1, MK 8 4.2, UK 6 4.1, UK 8 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Wir überprüfen die bisher erlernten Schwimm- und Rettungsformen im Hinblick auf die entsprechenden Schwimmabzeichen.

Methodenkompetenz: einen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen einhalten. Strategien entwickeln, um Emotionen (z.B.: Angst) zu steuern.

Urteilskompetenz: Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten in der jeweiligen Unterrichtssituation beurteilen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- C3 Handlungssteuerung
- d1 Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit
- d3 Differenziertes Leistungsverständnis
- e1 Mit- und Gegeneinander
- f 1 Unfall- und Verletzungsprophylaxe
- f3 Unterschiedliche Körperideale u. Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|
| | | | |

| Inhalte: | | | | | | |
|----------------------|--------------|---------------|-------|--|--|---|
| Erlangen des Bronze- | | Individuelles | | | aktive | ☐ Intensität der Ausführung |
| und Silberabzeichens | Niveau unter | | | Mitarbeit (EA/I Bahnen vorgegebener Rückenkraul 5 | PA) 16 / 24 in einer n Zeit Kraul- und | □ technische Ausführung □ Tauchstrecke □ Schwimmtempo □ Ausdauerschwimmen □ Anzahl der Tauchringe |
| | | | | hen 10-15 m | Tieftauchen | □ Sprunghöhe |
| | | | | _ | Abschleppen | |
| | | | | 3 m- Brett | Sprünge vom | |
| | | | Fachb | egriffe: | | |
| | | | | ch | Druckausglei | |
| | | | | Wechselzug | Gleich- und | |
| | | | | | Atemtechnik | |
| | | | | | Startsprung | |
| | | | | Wende | | |
| | | | | Unterwasserzi | ug | |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: 1.3 | Päd. Perspektive leitend/ ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|------------|-------------------|---------------------|---------------------|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | F | 8 | 8 | alle BFs | 31 |

Thema des UV: Ich übernehme Verantwortung für die Gruppe – Entwicklung von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen zur Verletzungsprophylaxe und als Grundlage des gesunden Sporttreibens

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 1.1, 9 MK 1.1, Teile von 9 UK 1.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

BWK 1.1 sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen Methodenkompetenz:

MK 1.1 einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten.

Urteilskompetenz:

- In Teilen: UK1.1 ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch mit unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: f1-f2

Angabe des 1. Inhaltsfeldes (a - f)

IF f.1 Unfall- und Verletzungsprophylaxe

IF f.2Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Thema des UV (BF1.3): "Ich übernehme Verantwortung für die Gruppe – Entwicklung von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen zur Verletzungsprophylaxe und als Grundlage des gesunden Sporttreibens"

(8 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|



- Lernaufgabe: Entwickeln von Aufwärmübungen im Hinblick auf allgemeines und sportartspezifisches Aufwärmen
- Erstellen eines
 Übungsrepertoires zur
 Vorbereitung eigenverantwortlicher
 Aufwärmphasen für die Lerngruppe
 (dabei: Systematisierung
 unterschiedlicher Formen der
 Erwärmung)

Fachbegriffe -Methodenkompetenz

Entwickeln und Erproben

Gegenstände

- Entwicklung eines Aufwärmprogramms
- Allgemeines und sportartspezifisches Aufwärmen
- Phasen des Aufwärmens
- Bewegter Stundenauftakt für Alle
- Herz-Kreislauf-Erwärmung
- Dehnung, Mobilisation, Aktivierung

Fachbegriffe

- Funktionsgymnastik
- Kleine Spiele
- Sportartspezifisches Aufwärmen

prozessbegleitend:

Beobachtungskriterien:

 Anstrengungsbereitschaft, Willensstärke und Motivation zeigen

punktuell:

Beobachtungskriterium:

- Gestaltung und Vorbereitung eines Aufwärmprogramms im Laufe des Schuljahres
- Gestaltung des
 Ablaufplans (Handout) für das
 Aufwärmprogramm des Schülers
 inkl. Begründung.

| Bewegungsfeld/Sportbereich 2.5 | Päd. Perspektive (leitend/ergänzend) | 0 0 | Dauer des UV (Stunden) | Vernetzung mit UV | Laufend Nr. der UV |
|---|--------------------------------------|-----|---------------------------|-------------------|-----------------------|
| Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen | Е | 8 | 8 | 2.1 / 2.6 / 2.2 | 32 |

Was macht die Unterschiede der Spiele aus? – Grundideen und Strukturen verschiedener Rückschlagspiele analysieren, vergleichen und verändern

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- BWK 2.1: ausgewählte spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden
- BWK 2.2: in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln

Methodenkompetenz (MK)

• MK 2.1: ausgewählte Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern

Urteilskompetenz (UK)

- UK 2.1: Spiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele grundlegend beurteilen

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e 1, e 2, e 3, e 4

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

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Thema des UV (BF 2.5): Was macht die Unterschiede der Spiele aus? – Grundideen und Strukturen verschiedener Rückschlagspiele analysieren, vergleichen und verändern (Dauer des UV: 8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände | Leistungsbewertung |
|---|--|---|---|
| Volleyball oder ein Partnerspiel (nicht Badminton) Unterschiedliche Anforderungen im Spielprozess bezüglich Technik und Taktik Regelverständnis Regelveränderungen und ihre Auswirkungen auf das Spiel Fachbegriffe Spezielle Spielfähigkeit Technik und Taktik (Mannschafts-, Gruppen- und Individualtaktik im Volleyball; Einzel- und Doppeltaktik im Partnerspiel Kooperations- und Konkurrenzsituationen Spielentwicklung und Erprobung Regelkategorien (Raum-, Zeit-, Personal-, Inventar- und Handlungsregeln) | Lernaufgabe: Entwickeln geeigneter Laufwege zur Einnahme situationsadäquater Positionen im Angriffs- und Abwehrspiel Adressatengerechte Regelvereinfachungen Fachbegriffe — Methodenkompetenz/ Urteilskompetenz: Erproben und Experimentieren (Regelanpassungen, Taktikvarianten) (Schüler-/Lehrerinfo) Spielbeobachtung — Regelbeobachtungen für den spielgestalterischen Prozess nutzbar machen | Gegenstände Grundtechniken im Volleyball und des ausgewählten Partnerspiels Bereitschaftsstellung Laufwege // Positionen Fachbegriffe Oberes // Unteres Zuspiel Rotationsregel Grundschläge im Partnerspiel | unterrichtsbegleitend: Regelideen und -abänderungen in angemessener Form in die Spielbesprechungen einbringen und im Spiel umsetzen bzw. einhalten Anstrengungsbereitschaft, team- und zielorientiertes Spielen Situationsadäquates Spielverhalten punktuell: Techniküberprüfung (Grobkoordination der vermittelten Technik / Schläge) Taktisches Verhalten und Anwendung der Techniken / Schläge im Spiel |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: | Päd. Perspektive leitend/ ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|-----------------------------|---|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Bewegen an Geräten – Turnen | c / d | 8 | 10 | | 33 |

Thema des UV: Über Stock und Stein – Erarbeitung einer Bewegungsfolge und Beurteilung eines selbstständigen Geräteaufbaus unter Sicherheitsaspekten innerhalb eines vorgegebenen Geräteparcours

Kompetenzerwartungen: BWK 8 5.2, MK 8 5.1, UK 8 5.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

• Gemeinsam (z.B. synchron) eine turnerische Bewältigung von Gerätebahnen und Gerätekombinationen realisieren (BWK 8 5.2)

Methodenkompetenz:

• Den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbstständig organisieren und kooperativ durchführen (MK 8 5.1)

Urteilskompetenz:

• Geräteaufbauten unter Sicherheitsaspekten beurteilen (UK 8 5.2)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

c:Spannung und Risiko,

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

d: Differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)

Bewegen an Geräten-Turnen

Thema des UV: "Über Stock und Stein – Erarbeitung einer Bewegungsfolge und Beurteilung eines selbstständigen Geräteaufbaus unter Berücksichtigung der Sicherheitsaspekte innerhalb eines vorgegebenen Geräteparcours (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|

Inhalte Sozialform Gegenstände prozessbegleitend: Einführung und Erprobung des Aufbaus Klassenunterricht: Einführung in den Gerätebahnen/-parcours: Sicherer Aufbau der Geräte, Kontrolle der Geräte Boden, Ringe, Mini-Trampolin Bodenmatte, Ringe, Mini-Trampolin Aufbau ausgewählter Geräte, der Geräte und Bewertung der Sicherheit Bewegungsangebote kennenlernen Bewertung des Aufbaus unter Gerätekunde und sicherer Konzentriertes und beständiges Üben der Berücksichtigung der Sicherheitsaspekte Partnerarbeit zum sicheren Aufbau der Geräteaufbau: Einführung, Anwendung Bewegungen Geräte innerhalb eines Geräteparcours und Bewertung Erarbeiten und Üben individuell Einhaltung der Klassenregeln • Einzelarbeit zum Üben der individuell gewählter Bewegungen an den Geräten und Bewegungsfolgen an drei unterschiedlichen Geräten erarbeiten Verbindung dieser zu einer Bewegungsfolge gewählten Bewegungen an den einzelnen Beteiligung in den Geräten Reflexionsphasen Fachbegriffe Fachbegriffe Ringe: Schwingen im Langhang, Fachbegriffe Schwungverstärkung, Rotation um die punktuell: Längsachse Gerätekunde, Bewegungsbereich, Bewegungsprofil Landebereich Boden: Rolle vw/rw, Rad li/re, Eigenständiger Aufbau ausgewählter Geräte Handstand, Hocksprung, Radwende Kür Harmonische Bewegungsverbindung/ Übergänge Bewegungsfolge an den drei • Mini-Trampolin: Strecksprung, Geräten Hocksprung, Grätsche, Flugrolle ☐ Verletzungsprophylaxe

(Relativ)Hoch hinaus - Hochsprung erlernen, Beurteilung (auch) nach relativen Kriterien

Kompetenzerwartungen: BWK 3.1, 3.2, MK 3.1 u. 3.2; UK 3.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) leichtathletischer Disziplinen ausführen und erläutern sowie für das Aufwärmen nutzen. (1)
- leichtathletische Disziplinen (u. a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitsniveau individuell und teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen (2)

Schulinternes Curriculum Sport der Gesamtschule Iserlohn

| Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.4 | Päd. Perspektive leitend/ ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Laufen, Springen Werfen – Leichtathletik 7/8 | D / A | 8 | 8 | | 34 |

Methodenkompetenz (MK):

- leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (1)
- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (2)
- unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren.

Urteilskompetenz (UK)

• die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, d 1, d 2, d3(leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Leistung (d)

- •Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (physische Leistungsvoraussetzungen: Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
- •Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)
- •Differenziertes Leistungsverständnis (relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)

(Relativ)Hoch hinaus - Hochsprung erlernen, Beurteilung (auch) nach relativen Kriterien (8 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|

- Grundlegende
 Merkmale des Fosbury-Flops
- Sicherheitsbestimmu ngen und grundlegende Wettkampfregeln in den genannten Disziplinen
- Messverfahren sachgerecht anwenden
- Hinführung zum Sprung über eine Latte

Fachbegriffe

 Bewegungsphasen beim Fosbury-Flop (Anlauf, Absprung, Flug- u. Landephase)

- Relative

 Bewertung in Bezug auf
 hochsprungspezifische
 Ausgangslage
 (Leistungssteigerung), Mut
 (rückwärts über eine Latte) und
 Körpergröße
- Kriterien zur Bewertung
- Sicherheitsaspekte
- App: hudl technique; Video Coach zur Visualisierung der eigenen Bewegung mit anschließender Bewegungsanalyse der Techniken anhand festgelegter Kriterien (Medienkompetenz 1.1/1.2)
 - •

Gegenstände

- Hochsprunganlage
- Band vs. Latte
- Anlauf flopspezifisch

unterrichtsbegleitend:

- Anstrengungsbereitschaf t
- ↓ Bewegungsqualität
 - Mitarbeit beim Aufbau der Anlagen
- ↓ Beiträge zur Erarbeitung der Bewertungskriterien

punktuell:

- Hochsprungwettbewerb (mit und ohne Latte)
- Bewertungstabelle nach gemeinsam erarbeiteten Kriterien

| Bewegungsfeld/Sportbereich:7 | Päd. Perspektive leitend/ ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|------------------------------------|---|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Spielen in und mit Regelstrukturen | A, e, | 8 | 8 | | 35 |

Thema des UV: Techniken im Basketballsport, Vortaktik

Kompetenzerwartungen: Angabe der Kurzform (gemäß Kartensatz) z.B.: 8 BWK 6 7.1 – 7.4, 8 MK 8 7.1 – 7.2, 8 UK 8 7.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen.
- Konflikte mit Mit- und Gegnerspielern in Spielsituationen selbstständig lösen.
- sich in komplexen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.
- das ausgewählte große Sportspiel fair, mannschaftsdienlich und regelgerecht spielen.

Methodenkompetenz:

- grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und vereinbaren und die Folgen der Regelveränderungen erläutern.
- Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen.

Urteilskompetenz:

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

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e 1,e 2, e 3, a 2, a 3, d 1

Kooperation und Konkurrenz

- - Mit und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
- - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
- - (Spiel-) Regeln und deren Veränderung

Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung

• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des modernen Lernens

Leistung

• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungenwie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)

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

Thema des UV: "Techniken im Basketballsport, Vortaktik 2:2 und 2:2 + 1, 3:3" (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|

| Verfeinerte Form der Technikelemente Passen und Fangen Dribbeln Korbleger Positionswurf Neue Elemente der Vortaktik Abstreifen | □Stationen Lernen: Methodische Übungsreihen Stationstraining □Beobachtungsbogen zu körperlichen Merkmalen beim ausdauernden Laufen | Methodische Übungs- und Spielreihen Korblegerkreisel - in verschiedenen Ausführungen Spielvarianten 2: 2, 2: 2 mit einem | unterrichtsbegleitend: |
|--|---|--|--|
| - Schneiden zum Korb - Blocken, direkt und indirekt - Give and go | Fachbegriffe - Methodenkompetenz: □Stationen Lernen (Schülerinfo) | neutralem Mitspieler (2 : 2+1) und 3 : § | punktuell: Techniküberprüfungen nach vorgegebenen |
| Alte Elemente der Vortaktiken Verteidigungsposition Rebound Handwechsel im Dribbling Freilaufen | □Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) □Schiedsrichterzeichen: Foul, Einwurf, Freiwurf, Doppeldribbling/Schrittfehler, Offensivfoul | | Bewegungskriterien Kriterien: Siehe Beobachtungszettel |
| Fachbegriffe NN | □Lesen von Übungsskizzen □App: hudl technique; Video Coach, zur Visualisierung der eigenen Bewegung mit anschließender Bewegungsanalyse der Techniken anhand festgelegter Kriterien (Medienkompetenz 1.1/1.2) | | |
| T ININ | anschließender Bewegungsanalyse der Techniken anhand festgelegter Kriterien | | |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: | Päd. Perspektive leitend/ ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik, Tanz, Bewegungskünste | b/e | 8 | 10 | | 36 |

Thema des UV: "Rhythm is a dancer" – Rhythmische und synchrone Grundtechniken und Bewegungskünste zu einer Bewegungskombination mit dem Partner/in der Gruppe zur Musik entwerfen, beschreiben, präsentieren und beurteilen.

Kompetenzerwartungen: BWK 8 6.1, BWK 8 6.2, BWK 8 6.3, BWK 8 6.4, BWK 8 6.5, MK 8 6.1, UK 8 6.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens ausführen, kombinieren und als Ausgangspunkt für Bewegungsgestaltung nutzen. (BWK 8 6.1)
- Objekte und Materialien für das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln auswählen und variieren. (BWK 8 6.2)
- ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/Musik und Partnerin/Partner) in Bewegungsgestaltungen auch in der Gruppe- anwenden und variieren. (BWK 8 6.3)
- Bewegungskünste (z.B. Jonglieren, Bewegungstheater, Schwarzlicht oder Schattentheater) allein und in der Gruppe ausführen. (BWK 8 6.4)
- Bewegungsgestaltung (z.B. Paar- oder Gruppentänze, Fitnesschoreografien) in rhythmischen Strukturen zu Musik- auch in der Gruppeumsetzen und präsentieren. (BWK 8 6.5)

Methodenkompetenz:

sich mit Partnerinnen und Partnern absprechen und gemeinsam Lösungen von komplexeren Gestaltungsaufgaben entwerfen, beschreiben und präsentieren. (MK 8 6.1)

Urteilskompetenz:

Die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen. (UK 8 6.1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

b: Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und Gestaltungsobjekte

e: Organisation von Sport- und Spielgelegenheiten

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik, Tanz, Bewegungskünste

Thema des UV (8): "Rhythm is a dancer" – Rhythmische und synchrone Grundtechniken und Bewegungskünste zu einer Bewegungskombination mit dem Partner zur Musik entwerfen, beschreiben, präsentieren und beurteilen." (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|

Inhalte Gegenstände prozessbegleitend: Erproben und Variieren von Grundschritten aus Stepbretter Stationsarbeit soziale Interaktion in der Gruppe Aerobic/Step-Aerobic Stationskarten (neue Schritte) Klassenunterricht Kreativität und Produktion von Arbeitsblätter Erarbeiten von Kombinationen verschiedener Partnerarbeit Ergebnissen in der Partnerarbeit Beobachtungs-/Bewertungsbögen (Step-)Aerobic-Schritte Gruppenarbeit Poster zur Beteiligung in den Ergebnissicherung Abstimmen der Schritte auf Musik, auch mit Reflexionsphasen variierenden "beats per minute (bpm)" zur Musikanlage Verbesserung von CDs (Aerobic-Mix) Bewegungsqualität Differenzierung Tablet zur und Rhythmusgefühl Erstellen einer Gruppenchoreografie Videoaufnahme als Feedback zur Optimierung der Choreographien Hilfsbereitschaft (z.B Auf-Abbau) Choreografien kriteriengeleitet beurteilen lernen Anstrengungsbereitschaft (z.B. (Warm up und Cool down Phasen entwickeln und Nutzung der Bewegungszeit) reflektieren) Fachbegriffe punktuell: Fitness-/Trendsport (Warm up, Cool down etc) Ergebnisse der Fachbegriffe Fachbegriffe Gruppenchoreographien anhand von High Impact vorher aufgestellten Kriterien wie z.B. Auswertung Low Impact Aufstellungsformen, Auswahl der Kommunikation in der Gruppe Schritte, Synchronität, Raumnutzung, (konstruktives) Feedback beats per minute z.B. Zählzeiten, Intensität der Schritte (High-Low-Optimierung der Choreografie Impact) etc. Bezeichnung der einzelnen Schritte u.a. leg curl, knee lift Bewegungsradius etc Bewegungsqualität, Gestaltungsqualität, Raumnutzung etc. Technisch korrekte Ausführung der verschiedenen Schritte Reflexion

| | Päd. Perspektive leitend/ ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Laufende Nr. der UV |
|-------------------------------------|---|------------|----------------------|------------------------|
| Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport | AC E | 7 | 6 | 37 |

Thema des UV 9: Groß und stark gegen klein und schwach – ist das fair? – Lösungen für "Nachteilsausgleiche" in Zweikampfsituationen entwickeln und im Kampf erproben

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

SuS können körperlich bedingte Vor- und Nachteile erkennen, benennen und Nachteilsausgleiche entwickeln und umsetzen. (BWK)

Strategien und Verfahren (ggf. auch zur Emotionssteuerung) in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden. (MK)

komplexe Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten (UK)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Techniken zum Fallen, Halten und Befreien) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z.B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und grundlegend mit Risiko und Wagnis beim Kämpfensituationsangepasst umgehen sowie regelgerecht

und fair miteinander kämpfen.ihrer Funktion erläutern.Methodenkompetenz (MK):

Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach

festgelegten Regeln leiten. Urteilskompetenz (UK):

• einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1; c3; e1 (leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a):

Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Wagnis und Verantwortung (c): 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)

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

Thema des UV 9: Wrestling lite – spielend kämpfen und sich im Zweikampf erfahren (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände | Leistungsbewertung |
|----------------------------|----------------------------|-------------|--------------------|
| | | | |

| Schulinternes Curriculum Sport der Gesamtschule Iserlohn | | | Gü | ltig ab Schuljahr | 2014/2015 |
|--|-------------------|------------|--------------|-------------------|--------------|
| Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.4 | Päd. Perspektive | JahrgStufe | Dauer des UV | Vernetzen mit | Laufende Nr. |
| | leitend/ergänzend | JangStute | Std. | UV | der UV |
| | | | | | |

| Auf einen Partner einlassen, Vertrauen einüben Körpergewöhnung, den direkten Körperkontakt steigern Festgelegte Wettkampfregeln genau einhalten | Bodenkämpfe ohne Würfe auf Turnmatten und Weichböden intuitiv durchführen Partner- und Kleingruppenkämpfe Mattenschiedsrichter sein Kämpfen in "Gewichtsklassen" achbegriffe Bewegungslernen mit (fotographischen) Abbildungen | Stop-Regel Begrüßungsrituale vor dem Kampf Haltegriffe | prozessbegleitend - Unterrichtsdienliches Verhalten - Anstrengungsbereitschaft - Empathie bei Sieg/Niederlage bewerten punktuell Verhalten bei starkem/schwachen Gegner reflektieren lassen, zu Befindlichkeit äußern lassen evtl. Kniekampf, Haltetechnik, etc. |
|---|---|--|---|
|---|---|--|---|

Wdhl

| Laufen, Springen Werfen – Leichtathletik 7/8 | D / A | 8 | 8 | 38 |
|--|--------------|---|---|----|
| | | | | |

Mit gezieltem, individuellem Training einen leichtathletischen Dreikampf vorbereiten

Kompetenzerwartungen: BWK 3.1, 3.2, 3.4; MK 3.1 u. 3.2; UK 3.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) leichtathletischer Disziplinen ausführen und erläutern sowie für das Aufwärmen nutzen.
- einen leichtathletischen Mehrkampf unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen (und unter Berücksichtigung von Interessens- und Leistungsunterschieden variieren.) (4)

Methodenkompetenz (MK):

leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (1)

• grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (2) Wdhl

• unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren. (1)

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Leistung (d)

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

Mit gezieltem, individuellem Training einen leichtathletischen Dreikampf vorbereiten (6 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|--|--|
| Wdh. der Phasen von Lauf-, Wurf- und Sprungbewegungen Bewegungsphasen beim Springen und Werfen (Anlauf, Absprung, Flug- u. Landephase; Anlauf - Auftakt - Abwurf) | Startkommandos • App: hudl technique; Video Coach zur Visualisierung der eigenen Bewegung mit anschließender Bewegungsanalyse der Techniken anhand festgelegter Kriterien (Medienkompetenz 1.1/1.2) | Rahmen leichtathletischer Disziplinen | unterrichtsbegleitend: O Anstrengungsbereitschaf t O Bewegungsqualität punktuell: Dreikampf 75m Weitsprung Schlagballweitwurf Kriterien: Punktetabelle der BJSP |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: 1.4 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | A,F | 9 | 8 | BF 1.2 | 39 |

Thema des UV: "Ich strenge mich an und lerne, mich nach der Belastung aktiv zu entspannen" – Die Balance von Anstrengung und Entspannung finden.

Kompetenzerwartungen: 10 BWK 1.1, 10 BWK 1.2, 10 BWK 1.3, 10 MK 1.1, 10 MK 1.2, 10 UK 1.1, 10 UK 1.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- BWK 1.1 sich selbstständig funktional allgemein und sportartspezifisch aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen.
- BWK 1.2 ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen auch unter Druckbedingungen zeigen.
- BWK 1.3 eine komplexere Entspannungstechnik (z.B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbaubeschreiben.

Methodenkompetenz:

- MK 1.1 ein Aufwärmprogramm nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten.
- MK 1.2 grundlegende Methoden zur Verbesserung psychophysischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u.a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen.

Urteilskompetenz:

- UK 1.1 ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen auch mit unter dem Aspekt der Eigenverantwortung beurteilen
- UK 1.2 gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige K\u00f6rperideal und Verhaltensweisen beurteilen.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, f2

Angabe des 1. Inhaltsfeldes (a - f)

• **IF a.1** Wahrnehmung und Körpererfahrung **Angabe des 2. Inhaltsfeldes (a - f)**

• IF f.2 Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Thema des UV (1.4): "Ich strenge mich an und lerne, mich nach der Belastung aktiv zu entspannen" – Die Balance von Anstrengung und Entspannung finden. (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|
| | | | |

Inhalte

- Fitnessorientiertes
 Zirkeltraining
- Grundlegende
 Merkmale einzelner
 Entspannungsmethoden
 vermitteln
- Gesundheitsmodell e

Fachbegriffe

- Gesundheit, Gesundheitsmodell
- Stress,
 Stressmodell
- Kondition
- Fitness
- Grundlagen der Trainingslehre
- Anspannung-Entspannung
- Ruhe-Schwere-Wärme-Herz-Atmung

Methoden erarbeiten:

- Lernaufgabe:
 Erproben verschiedener
 Entspannungstechniken
- Erstellen einer
 MindMap zur
 Systematisierung
 unterschiedlicher Formen
 der Entspannung
 (Gegenüberstellung
 "naiver"
 Entspannungstechniken
 und
 Entspannungsmethoden)
- App: Daily Joga;
 Yoga, Kids- Yoga:
 Sammlung von
 verschiedenen
 Dehnübungen/Yogaübung
 en für das Cool Down

Fachbegriffe

- Belastungsintensit ät, Belastungsdichte, Belastungsdauer
- Erarbeitung von Ruhepositionen (Sitz, Liegen, Kutschersitz)
- Entspannungstage buch

Gegenstände

- Fitnessorientiertes
 Zirkeltraining
 unterschiedliche
 Formen/Methoden der
 Entspannung:
- Fantasiereise
- Progressive Muskelrelaxation
- Autogenes Training

Fachbegriffe

- Kraft
- Ausdauer
- Biofeedback (Atmung, Herzfrequenz...)
- Transfer in den Alltag und zu Situationen in der Schule (Prüfungsangst, sportlicher Wettbewerb)

unterrichtsbegleitend:

Beobachtungskriterien:

- Anstrengungsbereitschaf t
- sich Einlassen können / Konzentrationsfähigkeit
- Reflexionsfähigkeit

punktuell:

Beobachtungskriterium:

| | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStute | | Laufende Nr. der UV |
|---|---------------------------------------|------------|---|------------------------|
| Laufen, Springen Werfen – Leichtathletik 9/10 | DF | 9 | 4 | 40 |

Ausdauernd im Gelände - Wald und Wiese

Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

beim Laufen eine Ausdauerleitung (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. (3.3)

Methodenkompetenz (MK)

selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z. B. tabellarisch, grafisch) erfassen. (2)

Urteilskompetenz (UK)

• die individuelle Gestaltung des Lauftempos bei einer Mittelzeitausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen (1)

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

Leistung (d)

• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (, Ausdauer, Koordination) (1)

- Methoden zur Leistungssteigerung (2)
 Differenziertes Leistungsverständnis (relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3) Gesundheit (f)
 - Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)

Ausdauernd im Gelände – Wald und Wiese (4 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|---|--|
| individuelle anaerobe/ aerobe Belastungen wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen Anpassung der Laufgeschwindigkeit an die individuelle Leistungsfähigkeit Merkmale körperlicher Reaktionen bei ausdauerndem Laufen benennen Auswirkungen von Ausdauersport auf den körperlichen Organismus kennen Fachbegriffe anaerob - aerob Ruhepuls- Maximalpuls - Ausdauerpuls | Beobachtungsbogen zu körperlichen Merkmalen beim ausdauernden Laufen Erfassung der eigenen Leistung und Leistungsverbesserung mithilfe von Statistik/Grafik Fachbegriffe | Gegenstände □Orientierung im Gelände □Zeit-/Schnelligkeitsgefühl □Geschwindigkeitsvariationen Gelände, Sportplatz (Ausweichmöglichkeit: Halle) | prozessbegleitend Grad der Anstrengung Durchhaltevermögen Kontinuierliches Erfassen der eigenen Laufleistung (Pulswerte, Strecke, Rundenzeiten) punktuell Kriterien: Laufen ohne Unterbrechung (30 Minuten) |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.4 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Laufen, springen, Werfen - Leichtathletik | D, A | 9 | 6 | BF 1.2 | 41 |

Kugel oder Speer – beides gar nicht schwer

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

eine neu erlernte leichtathletische Disziplin – Kugelstoßen oder Speerwurf - in der Grobform ausführen. (2)

Methodenkompetenz (MK):

- leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen, dabei die besonderen Sicherheitsanforderungen beim Kugelstoßen bzw. Speerwurf beachten (1)
- grundlegende leichtathletische Messverfahren beim Kugelstoßen bzw. Speerwurf sachgerecht anwenden (2)
- unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren (3).

Urteilskompetenz (UK)

- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Gruppe beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, d 1, d 2 ,d3(leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Leistung (d)

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (physische Leistungsvoraussetzungen: Schnelligkeit, Kraft, Koordination)
- Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)
 Differenziertes Leistungsverständnis (relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und bewertung)

Kugel oder Speer – beides gar nicht schwer (6 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|----------------------------|---|
| Grundlegende Unterscheidung von Stoßen und Werfen Phasen von Stoß- und Wurfbewegungen Bewegungsablauf der Rückenstoßtechnik (Kugel) und/oder der Wurftechnik (Speer) kennen lernen Fachbegriffe Phasierung Kraft Schnellkraft Griffarten (Speer) | Relative Bewertung in Bezug auf Ausgangslage (Leistungssteigerung) Sicherheitsaspekte beim Kugelstoß bzw. Speerwurf beachten | mit dem Speer Fachbegriffe | unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Bewegungsqualität - Beachten der Sicherheitsaspekte - Beiträge zur Erarbeitung der Bewertungskriterien punktuell: - technische Qualität des Stoßens und Werfens (Ausführung und Flugrichtung Sportgerät) - Weitenmessung, auch mit relativer Wertung |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|-----------------------------|------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Bewegen an Geräten - Turnen | c/ d | 9 | 10 | | 42 |

Thema des UV: Spring' und reck dich – ich helf' dir – Gemeinsames Erarbeiten von Sicherheitsstellungen und Hilfeleistungen und Finden individueller Bewegungsmöglichkeiten beim Turnen am Reck und Springen über den Langkasten

Kompetenzerwartungen: BWK 10 5.1, BWK 10 5.3, MK 10 5.2, UK 10 5.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- An Turngeräten oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf der Basis individueller Fähigkeiten normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden (BWK 10 5.1)
- An ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (BWK 10 5.3)

Methodenkompetenz:

• Zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktion erläutern. (MK 10 5.2)

Urteilskompetenz:

• Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen. (UK 10 5.1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

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

d: differenziertes Leistungsverständnis

Bewegen an Geräten-Turnen

Thema des UV (9): "Spring und reck dich – ich helf dir! – Gemeinsames Erarbeiten von Sicherheitsstellungen und Hilfeleistungen und Finden individueller Bewegungsmöglichkeiten beim Turnen am Reck und Springen über den Langkasten (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|
| | | | |

Inhalte

- Einführung und Erprobung der Hilfeleistungen Brötchengriff & Oberarmgriff und Führen mit der Führungshand
- Sicherheitsgeleitetes
 Bewegen an den Geräten
 Reck und dem Langkasten
 mit Hilfe von
 Bewegungskarten
- Erarbeiten und Üben individuell gewählter Bewegungen an den Geräten und Verbindung dieser zu einer Bewegungsfolge

Fachbegriffe

- Hilfeleistungen: Brötchengriff, Oberarmgriff
- Reck: Springen in den Stütz/ Aufschwung, Umschwung, Mühlumschwung, Unterschwung
- Langkasten: Aufhocken, Hocke, Hockwende, Handstütz- Überschlag

Sozialform

- Klassenunterricht: Einführung in die Hilfeleistungen und Sicherheitsstellungen
- Partnerarbeit/Gruppenarbei t zum Üben und Erlernen individuell gewählter Bewegungen an den einzelnen Geräten

Fachbegriffe

- Hilfeleistungen und Sicherheitsstellungen
- Bewegungsfertigkeiten und Bewegungstechniken
- Bewegungsfolge
- Selbstgesteuertes
 Erarbeiten einer
 Bewegungsfolge mit Hilfe
 video-gestützter
 methodischer Reihen
 (Tablets)

Gegenstände

- Hilfeleistungen und Sicherheitsstellungen erlernen und anwenden
- Gerätekunde und sicherer Geräteaufbau: Einführung und regelmäßige Durchführung
- Bewegungen an zwei unterschiedlichen Geräten erarbeiten und zu einer Bewegungsfolge verbinden

Fachbegriffe

- Führungshand, Sicherung in der Landung
- Angst und Angstbewältigung
- Verletzungsprophylaxe

prozessbegleitend:

- □Sicherer Aufbau und regelmäßige Kontrolle der Geräte
- Konzentriertes und beständiges Üben der Bewegungen
- □Konzentriertes Anwenden der Sicherheitsstellungen und Hilfeleistungen
- □Einhaltung der Klassenregeln
- Beteiligung in den Reflexionsphasen

punktuell:

- Bewegungsfolge an den zwei Geräten
- Hilfeleistungen an den zwei Geräten

| Bewegungsfeld/Sportbereich:7 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|------------------------------------|---------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Spielen in und mit Regelstrukturen | A, e, | 9 | 10 | | 43 |

Thema des UV: Techniken im Basketballsport, Spieltaktiken

Kompetenzerwartungen: Angabe der Kurzform (gemäß Kartensatz) z.B.: 10 BWK 10 7.1 – 7.5, 10 MK 10 7.1 – 7.3, 10 UK 10 7.1 – 7.2

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.
- taktisches Verhalten in Handlungs- / Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern.
- das ausgewählte große Sportspiel auf fortgeschrittenem Niveau spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern.
- aus ausgewählte Partnerspiel auf fortgeschrittenem Niveau regelgerecht, fair mit und gegeneinander spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern.

Methodenkompetenz:

- Darstellungen (z.B. Graphik, Foto, Film) von Spielsituationen erläutern und umsetzen.
- Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen.
- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen.

Urteilskompetenz:

• die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen.

• die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.

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

Kooperation und Konkurrenz

- - Mit und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
- - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
- - (Spiel-) Regeln und deren Veränderung

Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung

Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Thema des UV : "Techniken im Basketballsport, Spieltaktiken" (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|
| | | | |

□Verfeinerte Form der Technikelemente

- Passen und Fangen
- Dribbeln
- Korbleger
- Positionswurf
- □ Spielerpositionen
 - Aufbau
 - Flügel
 - Center

□Verteidigungsvarianten

- Zonenverteidigung
- Mannverteidigung

Fachbegriffe

 \square NN

- Stationen Lernen:
 Methodische
 Übungsreihen
 Stationstraining
- Beobachtungsbogen zu k\u00f6rperlichen Merkmalen beim ausdauernden Laufen
- App: hudl technique; Video

Coach zur Visualisierung der eigenen Bewegung mit anschließender Bewegungsanalyse der Techniken anhand festgelegter Kriterien (Medienkompetenz 1.1/1.2)

- App: Basketball Playbook zur Planung und Visualisierung von Spielzügen
 - App: Basketball Tactic Board

Fachbegriffe -Methodenkompetenz:

- Stationen Lernen (Schülerinfo)
- Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung)
- Schiedsrichterzeichen:

 Foul, Einwurf, Freiwurf,
 Doppeldribbling/Schrittfe
 hler, Offensivfoul, 3
 Sekunden Regel
- Lesen von Übungsskizzen
- Regelvariationen nach -

Gegenstände

- Methodische Übungs- und Spielreihen
- Korblegerkreisel
 - in verschiedenen Ausführungen

unterrichtsbegleitend:

- Anstrengungs bereitschaft
- Durchhaltever mögen
- IndividuelleVerbesserungen

punktuell:

Techniküberprüfungen nach vorgegebenen Bewegungskriterien

Kriterien:

Siehe Beobachtungszettel

Verhalten in Spielsituationen

| | Päd. Perspektive leitend/ ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|-------------------------------------|---|------------|-------------------|------------------|---------------------|
| Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport | AC E | 9 | 8 | | 44 |

Thema des UV 9: Festhalten und Befreien – Lösungen für Boden-Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Bodenkampf nutzen

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

UV ca. Std. 6

Die SuS können

- grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten (z.B. Halten, Befreien) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z.B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und in ihrer Funktion erläutern (BWK)
- mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen (BWK)
- Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten (MK)
- kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben (MK)
- ullet die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen (UK)
- Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen (UK)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (z. B. Techniken zum Halten, Befreien und Lösen von Standartsituationen) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z. B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim

Ringen und Kämpfen anwenden und in ihrer Funktion erläutern

mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen

Methodenkompetenz (MK):

Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im

Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten.

Urteilskompetenz (UK):

• einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1; c3; e1 (leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a): Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Wagnis und Verantwortung (c): 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)

Thema des UV 9: Festhalten und Befreien – Lösungen für Boden-Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Bodenkampf nutzen (8 Stunden)

| Г | | | | |
|---|----------------------------|----------------------------|-------------|--------------------|
|] | Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände | Leistungsbewertung |

- Technisch koordinative
 Fähigkeiten (Halten/Befreien) und taktisch - kognitive Fähigkeiten (Ausweichen/Blocken/Fintieren) beim Ringen und kämpfen anwenden und in ihrer Funktion erläutern
- Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen
- Kämpfe regelgerecht und fair durchführen bzw. leiten

- Partner- und Kleingruppenkämpfe
- gemeinsame Beratungen mit Partner / in Kleingruppe

Fachbegriffe

 Bewegungslernen mit (fotographischen) Abbildungen

- normungebundene
 Bodenkämpfe ohne Würfe
- Ausweichen, Blocken, Fintieren
- Richtiges Fallen gemeinsam erarbeiten

Fachbegriffe

- Stop-Regel (Verletzungsprophylaxe)
- Haltegriffe

prozessbegleitend

- Unterrichtsdienliches Verhalten
- Anstrengungsbereitschaft
- Umgang mit eigenen und fremden Stärken und Schwächen

punktuell

Verhalten bei starkem/schwachen Gegner reflektieren lassen, zu Befindlichkeit äußern lassen Schulinternes Curriculum Sport Gesamtschule Iserlohn Jahrgang 9

| Bewegungsfeld/Sportbereich 2.6 | Päd. Perspektive | Jahrgangsstufe | Dauer des UV | Vernetzung mit UV | Laufende Nr. der |
|---|---------------------|----------------|--------------|-----------------------|------------------|
| | (leitend/ergänzend) | | (Stunden) | | UV |
| | | | | | |
| Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen | E | 9 | 10 | 2.1 / 2.5 / 2.2 / 8.3 | 45 |
| | | | | | |

Was macht die Unterschiede der Spiele aus? – Grundideen und Strukturen verschiedener Torschussspiele analysieren, vergleichen und verändern

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- BWK 2.1: komplexere spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Spielen anwenden
- BWK 2.2: in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln
- BWK 2.3: Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund selbstständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen

Methodenkompetenz (MK)

- MK 2.1: komplexere Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern

Urteilskompetenz (UK)

- UK 2.1: Spiele - auch aus anderen Kulturen oder dem Behindertensport - hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele grundlegend beurteilen

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e 1, e 2, e 3, e 4

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

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Thema des UV (BF 2.5): Was macht die Unterschiede der Spiele aus? – Grundideen und Strukturen verschiedener Torschussspiele analysieren, vergleichen und verändern (Dauer des UV: 10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände | Leistungsbewertung |
|----------------------------|-------------------------------|-------------|--------------------|
| | | | |

Ein Torschussspiel aus anderen Lernaufgabe: Entwickeln geeigneter Gegenstände unterrichtsbegleitend: Kulturkreisen (z.B. Ultimate, Bewegungsmuster zum Freilaufen Regelideen und -abänderungen in Grundtechniken im und Anbieten sowie von Laufwegen Flagfootball, Rugby...) und ggf. ein ausgewählten Torschussspiel angemessener Form in die weiteres Torschussspiel (nicht zur Einnahme situationsadäguater Spielbesprechungen einbringen und Basketball), z.B. Handball, Fußball, Positionen im Angriffs- und Unterschiedliche im Spiel umsetzen bzw. einhalten Hockey, Tchoukball etc. Abwehrspiel Anforderungen im Spielprozess bezüglich Technik und Taktik Anstrengungsbereitschaft, Unterschiedliche Anforderungen im Adressatengerechte team- und zielorientiertes Spielen Spielprozess bezüglich Technik und Regelvereinfachungen Regelverständnis Taktik Situationsadäquates Regelvariationen und ihre Spielverhalten Regelverständnis Auswirkungen auf das Spiel Fachbegriffe punktuell: Regelveränderungen und ihre Laufwege // Positionen Methodenkompetenz/ Auswirkungen auf das Spiel Techniküberprüfung Urteilskompetenz: **Fachbegriffe** (Grobkoordination der vermittelten **Fachbegriffe** Erproben und Experimentieren Techniken Freilaufen und Anbieten Spezielle Spielfähigkeit (Regelanpassungen, Technik- und Taktisches Verhalten und Taktikvarianten) Wurf- und Fangtechniken Technik und Taktik (Angriffs- und Anwendung der Techniken im Spiel Abwehrverhalten) (Schüler-/Lehrerinfo) Ball (Scheiben)-Abgabe und Annahme (Kooperations- und Spielbeobachtung -Regelbeobachtungen für den Konkurrenzsituationen Passen und Stoppen spielgestalterischen Prozess Spielentwicklung und Erprobung nutzbar machen Regelkategorien (Raum-, Zeit-, Personal-. Inventar- und Handlungsregeln)

| Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.4 | Päd. Perspektive leitend/ ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Laufen, Springen Werfen – Leichtathletik 9/10 | D / A | 10 | 10 | | 46 |

grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (2)

- Wdhl
- leichtathletische Wettkampfregeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf oder einen Alternativwettbewerb für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten. (1)
- selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z. B. tabellarisch, grafisch) erfassen. (2)

Urteilskompetenz (UK)

• die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfs beurteilen.

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

• Informationsaufnahme und-verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)

Leistung (d)

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)
- Methoden zur Leistungssteigerung (2)
 - Individuelle Vorbereitung auf einen leichtathletischen Mehrkampf (eine Ausdauer-, eine Sprint-, eine Sprung-, eine Wurf-/Stoßdisziplin), evtl. auch als Partner- oder Gruppenwettbewerb (10 Std.)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|---|---|
| Leichtathletischer Mehrkampf nach Regeln des DLV oder einen alternativen (Gruppen-) Wettbewerb (z.B. Biathlon) LA-Mehrkampf: z.B. 100m, Hoch- oder Weitsprung, Kugel oder Speer, 1000m oder 3000m Biathlon: Ausdauerlauf mit Sprung-/Wurf und Sprintstationen | leichtathletische Wettkampfregeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten. oder Biathlonwettbewerb entwickeln, Kriterien festlegen, organisieren • App: hudl technique; Video Coach zur Visualisierung der eigenen Bewegung mit anschließender Bewegungsanalyse der Techniken anhand festgelegter Kriterien (Medienkompetenz 1.1/1.2) | Laufen, Werfen, Stoßen, Springen im Rahmen leichtathletischer Disziplinen oder ähnliche Alternativen Wettkampforganisation Wettkampfkarten Zeit- Weitenmessung durch "Kampfrichter" | unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Kooperative Leistung bei Entwicklung und Organisation eines Wettbewerbs - Strategien der individuellen Vorbereitung auf den Wettbewerb punktuell: Einzelwettbewerb u/o Beitrag zum Teamwettbewerb Kriterien: Punktetabelle der BJSP/des DLV oder von Lerngruppe entwickelte Kriterien |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 8.4 | Päd. Perspektive | Jahrgangsstufe | Dauer des UV | Vernetzung | Laufende Nr |
|--------------------------------|---------------------|----------------|--------------|------------|-------------|
| | (leitend/ergänzend) | | (Stunden) | mit UV | der UV |
| | - | | | | |
| Gleiten , Fahren, Rollen | A/E | 10 | 8 Stunden | 2.6 | 47 |
| | | | | | |

Rollhockey, rasant, aber sicher – Erproben einer bekannten Spielidee auf labilen Füßen

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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. (1)

technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheitsgerecht und Gelände angepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben sowie Möglichkeiten der Bewegungshilfe und -sicherung erläutern. (2)

Methodenkompetenz (MK)

beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden. (1)

Urteilskompetenz (UK)

die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen. (1)

Sinnzusammenhänge beim Gleiten oder Fahren oder Rollen in (z. B. als Freizeit und Naturerlebnis, als Gruppenerlebnis, als Bewegungsgestaltung sowie unter Leistungs- bzw. Wagnisaspekten) unterscheiden und beurteilen. (2)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a₁, a₂, e₃, e₄ f₁

Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

- (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (3)
- Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)(4)

Gesundheit (f)

Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)

Gleiten, Fahren, Rollen

Thema des UV (BF 8.4): Rollhockey, rasant, aber sicher – Erproben einer bekannten Spielidee auf labilen Füßen(Dauer des UV: 8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände | Leistungsbewertung |
|---|---|---|--|
| Unterschiedliche Anforderungen im Spielprozess bezüglich Technik und Taktik Regelverständnis Regelveränderungen und ihre Auswirkungen auf das Spiel Sinnhaftigkeit der Sicherheitsregeln (Beherrschen der Geschwindigkeit, Tragen von Schutzausrüstung) Fachbegriffe Fahr-, Brems- und Kurventechniken Technik und Taktik (Angriffs- und Abwehrverhalten) Kooperations- und Konkurrenzsituationen | Lernaufgabe: Entwickeln einer an das Können der Lerngruppe angepassten Spielform des Rollhockeys mit entsprechenden Regelanpassungen Methodenkompetenz/ Urteilskompetenz: Erproben und Experimentieren (Regelanpassungen, Technik- und Taktikvarianten) (Schüler-/Lehrerinfo) Spielbeobachtung – Regelbeobachtungen für den spielgestalterischen Prozess nutzbar machen | Gegenstände Brems-, Fahr- und Kurventechniken Fallschule Grundtechniken im Rollhockey Unterschiedliche Anforderungen im Spielprozess bezüglich Technik und Taktik Regelverständnis Regelvariationen und ihre Auswirkungen auf das Spiel Laufwege // Positionen Fachbegriffe Freifahren und Anbieten Ball (Scheiben)-Abgabe und Annahme Passen und Stoppen | unterrichtsbegleitend: Kenntnis und Einhaltung der Sicherheitsregeln Regelideen und -abänderungen in angemessener Form in die Spielbesprechungen einbringen und im Spiel umsetzen bzw. einhalten Anstrengungsbereitschaft, team- und zielorientiertes Spielen Situationsadäquates Spielverhalten Individuelles Bemühen während des Lernprozesses punktuell: Techniküberprüfung (Grobkoordination der vermittelten Techniken Taktisches Verhalten und Anwendung der Techniken im Spiel |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: | Päd. Perspektive leitend/ ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|-----------------------------|---|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Bewegen an Geräten - Turnen | e/b | 10 | 8-10 | | 48 |

Thema des UV: Willkommen im Zirkus Krone – Erlernen von turnerischen Akrobatiken und kooperative Entwicklung einer Gruppenakrobatik mit abschließender Präsentation und Bewertung anhand vorher entwickelter Gestaltungskriterien

Kompetenzerwartungen: BWK 10 5.1, MK 10 5.1, UK 10 5.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

• Eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert unter Berücksichtigung der individuellen Fähigkeiten und Leistungsmöglichkeiten entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen (BWK 10 5.2)

Methodenkompetenz:

• In Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen (MK 10 5.1)

Urteilskompetenz:

• Die eigene Leistung und die Leistung anderer in Lern-, Übungs- und Gestaltungsprozessen nach vereinbarten Kriterien einschätzen sowie eine Präsentation bewerten (UK 10 5.2)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

e: Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten

b: Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch)

Thema des UV (10): Willkommen im Zirkus Krone – Erlernen von turnerischen Akrobatiken und kooperative Entwicklung einer Gruppenakrobatik mit abschließender Präsentation und Bewertung anhand vorher entwickelter Gestaltungskriterien (8–10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|

Inhalte

- Turnerische Akrobatiken: 2er, 3er und 4er- Akrobatiken (siehe Anhang)
- Bewegungsverbindungen und dynamische akrobatische Bewegungen: Rollen, Sprünge, Schrittfolgen → ggf. Hinzunahme von Musik
- Gestaltungskriterien:
 Bewegungssicherheit,
 Bewegungsfluss,
 Schwierigkeitsgrad, Synchronität

Fachbegriffe

- Bewegungssicherheit, Bewegungsfluss, Schwierigkeitsgrad, Synchronität
- Sprünge/Schrittfolgen
 Nachstellschritt vw/sw,
 Schrittsprung,
 Pferdchensprung

Sozialform

- Klassenunterricht: Einführung in die Grundlagen der Akrobatik (Bankstellung, Hilfestellung, sicheres Auf- und Absteigen,...)
- Gruppenarbeit zum Üben und Erlernen individuell gewählter Akrobatiken und Zusammenstellung dieser zu einer Gruppenchoreografie
- Klassenunterricht: Vorstellung und Bewertung der Gruppenchoreografien
- ullet

Fachbegriffe

Bewertungskriterien:
 Bewegungssicherheit,
 Bewegungsfluss,
 Schwierigkeitsgrad,
 Synchronität

Gegenstände

- Turnerische
 Akrobatiken erlernen und üben
- Hilfestellungen
 erlernen und anwenden
- Zusammenarbeit und Kooperation in der Gruppenarbeit stärken
- Bewertungskompetenz
 festigen und erweitern
- Tablets zur Videoaufnahme für die Optimierung der Gruppenchoreographie

Fachbegriffe

- Akrobatiken: Flieger,
 Gallionsfigur, Bank, ...
- Angst und Angstbewältigung
- Verletzungsprophylaxe

prozessbegleitend:

- Konzentriertes und beständiges Üben der Akrobatiken
- Konzentriertes und sicheres
 Anwenden der Hilfestellungen
- Zusammenarbeit und Kooperation in der Gruppe
- Einhaltung der Klassenregeln
- Beteiligung in den Reflexionsphasen

punktuell:

□Einzelleistung und Gruppenleistung der Gruppenakrobatik

| Bewegungsfeld/Sportbereich: | Päd. Perspektive leitend/ ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik, Tanz, Bewegungskünste | b/a | 10 | 10-12 | | 49 |

Thema des UV: Hip Hop vs. Jazz Dance – Erstellen, Präsentieren und Beurteilen einer komplexen Bewegungskomposition in geschlechterhomogenen Gruppen unter Berücksichtigung von geschlechtsspezifischen Bewegungsklischees und aktueller Bewegungspartizipation unter Einbezug geschlechtstypischer Materialien und Objekten

Kompetenzerwartungen: BWK 10 6.1, BWK 10 6.2, BWK 10 6.3, BWK 10 6.4, MK 10 6.1, UK 10 6.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens auch in der Gruppe- ausführen und durch Erhöhung es Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern. (BWK 10 6.1)
- Objekte und Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren. (BWK 10 6.2)
- 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. (BWK 10 6.3)
- Ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsabsichten,-aufgaben und -anlässen, eigene Kompositionen (z.B. Fitnesschoreographien in der Gruppe, tänzerische Gruppengestaltungen) entwickeln, umsetzen und präsentieren. (BWK 10 6.4)

Methodenkompetenz:

• Ihr ästhetisch-gestalterisches Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Bereichen (z.B. Schulsport, Hobbies, Trends der Jugendkultur, ...) für eine Präsentation (z.B. Schulaufführung) nutzen. (MK 10 6.1)

Urteilskompetenz:

Bewegungsbezogene Klischees (u.a. Geschlechterrollen) beim Gestalten, Tanzen und Darstellen kritisch bewerten und beurteilen. (UK 10 6.1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

b: Gestaltungsanlässe, Bewegungsthemen und Bewegungsobjekte

a: Wahrnehmung und Körpererfahrung

(Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik, Tanz, Bewegungskünste)

Thema des UV: "Hip Hop vs. Jazz Dance" – Erstellen, Präsentieren und Beurteilen einer komplexen Bewegungskomposition in geschlechterhomogenen Gruppen unter Berücksichtigung von geschlechtsspezifischen Bewegungsklischees und aktueller Bewegungspartizipation unter Einbezug geschlechtstypischer Materialien und Objekten (10-12 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|
|----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|

Inhalte Frstellen von geschlechtshomogenen Gruppenchoreographien Finbeziehen und Kombinieren von geschlechtstypischen Bewegungsklischees und Materialien Erarbeitung von typisch maskulinen oder femininen Bewegungen Reflektieren und Beurteilen von geschlechtstypischen Bewegungsmerkmalen Hineinversetzen und Ausagieren der Geschlechterrolle des anderen Fachbegriffe maskulin, feminin harte, weiche, fließende, eckige Bewegung

- Stationsarbeit
- Klassenunterricht
- Partnerarbeit
- Gruppenarbeit
- Internetrecherche von Tanz-Moves, Ideen für Choreos und Tanztutorials

Fachbegriffe

- Kommunikation in der Gruppe/mit dem Parnter
- Reflexion

Gegenstände

- Cap, Hut
- Stuhl, Tuch
- Beobachtungs-/Bewertungsbogen
- Poster zur Ergebnissicherung
- Musikanlage
- CDs (Hip Hop, R'n'B, Urban Dance, versch.)
- Tablets zur Videoaufnahme für die Optimierung der Gruppenchoreographie
 - •

Fachbegriffe

- Auswertung
- (konstruktives)
 Feedback
- Optimierung der Choreographie

prozessbegleitend:

- soziale Interaktion in der Gruppe
- Kreativität und Produktion von Ergebnissen in der Partnerarbeit
- Beteiligung in den Reflexionsphasen
- Verbesserung von Bewegungsqualität und Rhythmusgefühl sowie Ausdruck von geschlechterspezifischen Bewegungsmerkmalen
- Hilfsbereitschaft (z.B Auf-Abbau)
- Anstrengungsbereitschaft (z.B. Nutzung der Bewegungszeit)

punktuell:

- Ergebnisse der
 Gruppenchoreographien anhand von
 vorher aufgestellten Kriterien wie
 z.B. Kombination beider
 geschlechtstypischer Bewegungen,
 Einbezug der Gegenstände,
 Synchronität, Raumnutzung etc
- Individueller Ausdruck beider geschlechtstypsicher Bewegungsmerkmale

| Bewegungsfeld/Sportbereich: | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---------------------------------------|------------|----------------------|---------------------|---------------------------|
| Spielen in u. mit Regelstrukturen – Sportspiele: Badminton 3 | D, E | 10 | 10 | | 50 |

Thema des UV: Badminton - Wir organisieren ein (Doppel-) Turnier

Kompetenzerwartungen: BWK 1 / BWK 3 / BWK 5 / MK 3 / UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben (BWK 107.1)
- taktisches Verhalten in Handlungs- / Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern (BWK 10 7.3)
- das ausgewählte Partnerspiel auf fortgeschrittenem Niveau regelgerecht, fair mit- und gegeneinander spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern (BWK 10 7.5)

Methodenkompetenz:

- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeit nach komplexem Regelwerk übernehmen (MK 10 7.3)

Urteilskompetenz:

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen (UK 10 7.2)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: d 2 / e 1 / e 4

Leistung (d)

- Methoden zur Leistungssteigerung (d2)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (e1)
- Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (e4)

| Bewegungsfeld/Sportbereich: 7 | Päd. Perspektive leitend/ ergänzend | JahrgStufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|------------|----------------------|---------------------|------------------------|
| Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele | A/E | 10 | 8 | | 51 |

Thema des UV (7.7): "Badminton - Wir organisieren ein (Doppel-) Turnier" (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen Methodische Entsch | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---------------------------|--------------------|
|---|---------------------------|--------------------|

Inhalte Gegenstände prozessbegleitend: •Erarbeitung taktischer Konzepte im Angemessenes Anwenden Festigung aller Schlag- und • Variables, angriffsorientiertes Doppelspiel der Fertigkeiten in Übungs- u. Lauftechniken Doppelspiel Spielsituationen •Selbstständige Organisation und • Übernahme von Einführung des Smash Leitung eines Badmintonturniers Kreativität und Schiedsrichtertätigkeiten partnerschaftliche Regelgerechtes Spiel im Doppel App: hudl technique: Video Kooperationsfähigkeit zwecks Coach zur Visualisierung der eigenen Laufwege im Doppelspiel Verbesserung des Taktik des Doppelspiels in Angriff Bewegung mit anschliessender Miteinanderspielens sowie Schlagkombinationen / Smash und Abwehr Bewegungsanalyse der Techniken wettkampfspezifischer anhand festgelegter Kriterien Verhaltensmuster (Medienkompetenz 1.1/1.2) Konstruktive Mitarbeit in der Organisation und Leitung von Spielen Fachbegriffe Beobachtungskriterien: Fachbegriffe Smash S.O. Angriffsposition / Hintereinander punktuell: Kurzer Aufschlag Verteidigungsposition / Nebenein-ander Doppelspiel Wettkampf / Turnier Fachbegriffe Beobachtungskriterium: Miteinander und gegeneinander erfolgreich spielen Erproben / Organisieren / Spielleitung als Schiedsrichter: sichere Regelauslegung Evaluieren

Thema des UV 7.8: Hockey in der Halle

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen im Hallenhockey anwenden, benennen und erläutern (1)
- Hallenhockey auf grundlegendem Niveau, regelgerecht und situativ angemessen, sowie fair und mannschaftsdienlich spielen (2)
- grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären (3)

Methodenkompetenz (MK):

- grundlegende spieltypische verbale und non verbale Kommunikationsformen anwenden (2)
- Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen (3)

Urteilskompetenz (UK):

• Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z.B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen (1)

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a):

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

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 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Thema des UV 8.5: Hockey in der Halle (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände | Leistungsbewertung |
|---|---|--|--|
| Techniken aus dem Hallenhockey kennenlernen und anwenden können Erlangung eines grundlegenden Regel- und Spielverständnisses Fairplay und Minimierung des Verletzungsrisikos bei fehlender Ausrüstung (z.B. Schienbeinschoner) Fachbegriffe Individual-, Gruppen- und | Einstandsdiagnose zur Feststellung der Vorerfahrungen und des Leistungsniveaus der Schüler in Stationsarbeit Abbildungen von hockeyspezifischen Bewegungen beschreiben Beobachtungsbögen zum Verlauf eines Unihockeyspiels Plastikschläger Fachbegriffe / Methodenkompetenz Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) | Handlungssituationen aus dem Hallenhockey in Stationen bewältigen Einfache Übungsformen zum Passen und Annehmen, Ballführung und Torschuss Entscheidungen in Überzahlsituationen richtig lösen | Prozessbegleitend Individuelle Verbesserung Fair-Play und Verletzungsrisiko minimierend in Spielsituationen Unterrichtsdienliches Verhalten punktuell Durchlaufen eines kleinen Technikparcours Demonstration der Spielfähigkeit in einer Spielsituation |