

Schulinterner Lehrplan Städtisches Gymnasium Petershagen – Sekundarstufe I



Sport

(Endfassung nach Fachkonferenzbeschluss vom 19.02.2024)

Inhalt

1	Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit	3
1.1	Fachliche Bezüge zum Leitbild der Schule	3
1.2	Fachliche Bezüge zu den Rahmenbedingungen des schulischen Umfelds	4
1.3	Fachliche Bezüge zu schulischen Standards zum Lernen und Lehren	4
1.4	Sporthelferausbildung	4
1.5	Schulsportliches Wettkampfwesen	4
2	Entscheidungen zum Unterricht	5
2.1	Unterrichtsvorhaben	5
2.1.1	Verteilung der Unterrichtsvorhaben der Sek. I (Partitur)	6
2.1.2	Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 5	7
2.1.3	Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 6	28
2.1.4	Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 7	58
2.1.5	Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 8	73
2.1.6	Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 9	88
2.1.7	Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 10	100
2.1.8	Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Bewegungsfeldern	111
2.2	Grundsätze der fachdidaktischen und fachmethodischen Arbeit	120
2.3	Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung	121
2.3.1	Bewertung unter Berücksichtigung aller Kompetenzbereiche	122
2.3.2	Bewertung vor dem Hintergrund sportbezogener Verhaltensdimensionen	122
2.4	Lehr- und Lernmittel	125
2.4.1	Digitale Werkzeuge / digitales Arbeiten	125
2.4.2	Rechtliche Grundlagen	125
3	Entscheidungen zu fach- oder unterrichtsübergreifenden Fragen	126
4	Qualitätssicherung und Evaluation	127

1 Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit

1.1 Fachliche Bezüge zum Leitbild der Schule

Der Stellenwert des Faches Sport drückt sich im Schulprogramm und im Leitbild unserer Schule aus. Wir folgen dabei einem ganzheitlichen, salutogenetischen Leitbild, das die Freude an Bewegung, Spiel und Sport unserer Schülerinnen und Schülern fördern will. Der Unterricht findet in allen Jahrgangsstufen gemäß SchulG NRW §2 Absatz 4 durchgängig koedukativ statt. Bei der Gestaltung des Unterrichts sind die Interessen von Jungen und Mädchen gleichberechtigt zu berücksichtigen.

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

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

Unsere Schule fördert die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass sie ...

- in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hochzuhalten und zu manifestieren,
- sich als selbstwirksam erfahren, sich volitional und metakognitiv selbst steuern und kontrollieren können (Selbstregulation etc.),
- Wissen über Gesundheit und Fitness des eigenen Körpers besitzen und diese differenziert wahrnehmen können,
- Wissen über die eigenen Lernstrategien besitzen und diese anwenden können,
- sich im schulischen Umfeld und durch alle am Schulleben Beteiligten – Schulleitung, Lehrkräfte, Eltern, Mitschülerinnen und Mitschüler - sozial anerkannt und integriert wissen.

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

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

1.2 Fachliche Bezüge zu den Rahmenbedingungen des schulischen Umfelds

Sportstätten der Schule:

- Schuleigene Dreifachsporthalle
- Schuleigener Sportplatz mit 4 Laufbahnen (250m), 1 Sprunggrube sowie 1 Hochsprunganlage (Halle), 2 Kugelstoßanlagen

Sportstätten im Umfeld der Schule:

- Kooperation mit dem örtlichen Ruderverein – Unterrichtsangebot in der Q-Phase/ Nutzungsmöglichkeit verschiedener Bootsklassen von April bis Oktober

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

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

- Differenzierung Wahlpflichtbereich (Sport/Biologie) ab Jahrgangsstufe 9: 3-stündig
- Einführungsphase der GOST: 3-stündig
- Qualifikationsphase der GOST - Grundkurs: 3-stündig (auch P4)

1.3 Fachliche Bezüge zu schulischen Standards zum Lernen und Lehren

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich die im Medienkonzept der Schule vereinbarten Themen und Inhalte fachspezifisch aufzugreifen und in konkreten Unterrichtsvorhaben umzusetzen.

Die folgenden Programme werden in der Regel kontinuierlich von der Schule angeboten:

1.4 Sporthelferausbildung

Unsere Schule bietet im außerunterrichtlichen Schulsport in Kooperation mit dem Stadt-/Kreissportbund Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit, sich in der Jahrgangsstufe 9 als Sporthelferin bzw. Sporthelfer ausbilden zu lassen. Die Sporthelfer*innen werden z.B. eingesetzt zur Betreuung des Pausensports, zur Unterstützung des schulsportlichen Wettkampfwesens und zur Betreuung im AG-Angebot.

1.5 Schulsportliches Wettkampfwesen

Unsere Schule nimmt je nach Kapazität an Schulsportwettkämpfen auf Kreisebene teil. Es werden Mannschaften in verschiedenen WK gemeldet.

Über die Durchführung eines Sporttages entscheidet die Fachkonferenz. Dieser kann Klassenwettkämpfe, leichtathletische Wettkämpfe, das Sportabzeichen oder auch Ausdauerläufe beinhalten.

2 Entscheidungen zum Unterricht

2.1 Unterrichtsvorhaben

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

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

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

Bei der Verteilung der Unterrichtsstunden empfiehlt die Fachkonferenz Sport in der Jahrgangsstufe 6 den Sportunterricht 4-stündig zu erteilen. Insgesamt stehen 18 Stunden für die gesamte Sekundarstufe I zur Verfügung.

2.1.1 Verteilung der Unterrichtsvorhaben der Sek. I (Partitur)

Verteilung der Unterrichtsvorhaben zum SILP Sek. I Sport																
(Anmerkung: Die Reihenfolge innerhalb einer Jahrgangstufe ist beispielhaft, unterliegt aber einer logisch progressiven Struktur mit Jahreszeitenorientierung. Die UVs sollten jedoch nicht zwischen den JGS verschoben werden.)																
	5		6			7		8		9		10				
1	BF 1.1 „Ausdauer macht Spaß!“		BF 2.3 „Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß? (6) + BF 2.4 „Wir entwickeln ein neues Spiel“ (14)			BF 4.4 Sicher schwimmen können (20) + BF 4.5 Schwimme so schnell du kannst (10)		BF 2.6 „So spielt man anderswo“		BF 1.6 „Wir halten uns fit und gesund“		BF 1.7 „Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten“		BF 3.7 „Fünfkampf“		
2																
3																
4																
5	BF 2.1 „Gemeinsam und kooperativ“		BF 2.2 „Spielen fürs Köpfchen“		BF 4.1 „Qualle, Delphin, Wal und Flusspferd“		BF 4.2 Daumen – Greifen – Ziehen – Drücken!		BF 4.3 Wasserspringen		BF 6.4 „Step up, step down“		BF 7.7 Ultimate Frisbee		BF 7.8 Volleyball – Koordination ! Koordination? Koordination ;-)	
6																
7																
8																
9	BF 5.1 Bodenturnen erlernen		BF 1.2 „Fit und leistungsstark“			BF 7.4 „Vom Ball über die Schnur zum Volleyspielen“		BF 7.6 „Volleyball spielen“		BF 9.2 Judo oder Selbstverteidigung						
10																
11																
12																
13	BF 7.1 „Der Ball ist mein Freund“		BF 1.3 „Vorbereitung mit Plan“			BF 6.3 Ästhetisch-gestalterische Präsentation Jumpstyle										
14																
15																
16																
17			BF 8.1 „Slide durch die Sporthalle“													
18																
19																
20																
21	BF 6.1 Chinese Jump Rope		BF 1.4 „Im Gleichgewicht sein“			BF 5.4 Akrobatische Kunststücke in einer Gruppe gestalten		BF 5.5 „Parcours oder Ninja Warrior“		BF 6.5 „Ich und mein Ball“		BF 5.6 Bewegungskombinationen an Stufenbarren und Barren				
22																
23																
24																
25	BF 7.2 „Spielen nach Regeln und mit Verstand“		BF 5.3 Ninja Warriors			BF 2.5 „Spielend lernen“		BF 1.5 Gesundes Kräftigen mit eigenem Körpergewicht		Erste Hilfe BF 3.6 „Leistung ist relativ“		BF 6.6 „Spring dich fit“				
26																
27																
28																
29	BF 9.1 „Vielfältig und fair“		BF 7.3 „Erste Schritte im Badminton“			BF 7.5 „Grundfertigkeiten vertiefen Badminton“		BF 3.5 „Das habe ich noch nie gemacht!“								
30																
31																
32																
33	BF 3.1 „Rennen, Hüpfen, Werfen“		BF 6.2 „Coole moves zu aktuellen Hits“			BF 3.4 „Projekt Sportabzeichen“										
34																
35																
36																
37	BF 3.2 „Rennen, Hüpfen, Werfen II“		BF 3.3 „Abgerechnet wird zum Schluss“					BF 8.2 Sicher auf Radtour/Skatetour								
38																
39																
40																
Wochen-	3		4			4		3		2		3				
Std / Freiraum	120 Std / Freiraum 21 Std		160 Std / Freiraum 34 Std			120 Std / Freiraum 15 Std		120 Std / Freiraum 19 Std		80 Std / Freiraum 18 Std		120 Std / Freiraum 36 Std				

2.1.2 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 5

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ Ausdauer macht Spaß! “ – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben	1.1	12
UV 2	„ Gemeinsam und kooperativ “ – Unterschiedliche Spiele und Spielideen unter besonderer Berücksichtigung der gruppenübergreifenden Kooperation durchführen	2.1	8
UV 3	„ Spielen fürs Köpfchen “ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („Games for brains“) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit erproben	2.2	4
UV 4	Elementare Bewegung im Bodenturnen erlernen und gestalten	5.1	12
UV 5	„ Der Ball ist mein Freund “ – Sportspielübergreifende Basiskompetenzen aus der Heidelberger Ballschule in vielfältigen Spiel- und Übungsformen unter Berücksichtigung der individuellen Bewegungsqualität vertiefen	7.1	12
UV 6	Chinese Jump Rope – Vom Grundsprung zur Gruppenchoreographie	6.1	9
UV 7	„ Spielen nach Regeln und mit Verstand “ – Sich in sportspielgerichteten Spielformen regelgerecht und mannschaftsdienlich verhalten und taktisch angemessen agieren	7.2	12
UV 8	„ Vielfältig und fair “ – Allein und in Gruppen um Räume, Gegenstände und Ausgangssituationen regelgerecht kämpfen	9.1	6
UV 9	„ Rennen, Hüpfen, Werfen “ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren	3.1	12
UV 10	„ Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf “ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben	3.2	12
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			120 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			99 UE
Freiraum:			21 UE

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
Thema des UV: „Ausdauer macht Spaß!“ – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Inhaltsfelder: d - Leistung f - Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: aerobe Ausdauerfähigkeit	Inhaltliche Schwerpunkte: - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15', beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15', Aerobic 15', Radfahren 30) erbringen [6 BWK 1.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1] - psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] MK - einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1] UK - körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Unterschiedliche Anforderungssituationen beim Laufen - Zusammenhang zwischen individueller Leistungsvoraussetzung und Anstrengungsbereitschaft - Körperreaktionen bei Belastung	- Erproben verschiedener Lauf- und Staffelspiele - Experimentieren mit verschiedenen Belastungssituationen	Reflektierte Praxis - Unterschiedliche Formen von Laufspielen (schnell-ausdauernd) und Staffeln (z.B. Pendel- und Umkehrstaffeln) Fachbegriffe: - Leistungsfähigkeit (Anstrengungsbereitschaft, Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Koordination) - Pulsmessung - Erproben und Experimentieren - Pendel-, Umkehr-, Kreisstaffel	unterrichtsbegleitend: - Übungsformen zum Laufen/ Staffel punktuell: - Wettkampfstaffel Kriterien: - Beobachtungskriterien punktuell: Schnelligkeit und Anstrengungsbereitschaft - Beobachtungskriterien unterrichtsbegleitend: Ausführungsqualität, Vielfalt der Bewegungsformen

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 2.1
Thema des UV: „Gemeinsam und kooperativ“ – Unterschiedliche Spiele und Spielideen unter besonderer Berücksichtigung der gruppenübergreifenden Kooperation durchführen		
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: kooperative Spiele	Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen [6 BWK 2.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] MK - selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] UK - sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Kriterien und Prinzipien für ein „gutes“ Spiel entwickeln - Kooperieren und sich verständigen bei der Variation von kleinen Lauf- und Fangspielen - Spielideen mit- und umgestalten - Regeln erkennen, verstehen und bedürfnisgerecht verändern - eigenverantwortliche Bildung und Organisation von Teams/ Mannschaften kennenlernen und praktizieren	- Erarbeitung in Kleingruppen - Fremdbeobachtung - Selbst-/ Fremdrelexion - deduktive bzw. problemorientierte Lehr- und Lernformen - Variation von Regelstrukturen	Reflektierte Praxis: - Verschiedene kontrastierende Lauf- und Fangspiele durchführen (Team vs. Einzel, Gegeneinander vs. Miteinander, etc.) und im Gespräch reflektieren - Weiterentwicklung einer vorgegebenen Grundspielidee anhand von vorgefertigter Spielkriterien - Spielentwicklung mit Schwerpunkt Taktik (erfolgsentsprechende taktische Maßnahmen) Fachbegriffe: - Regeln (nach Digel) (Inventar, Zeit, Raum, Personal, Handlung) - Wettkampf und Fairplay - Spielidee - Taktik (strategische Regeln)	unterrichtsbegleitend: - Faires und soziale Miteinander - Kooperationsfähigkeit - Engagement - Aufmerksamkeit - Motivation - Spielfähigkeit / Spielübersicht Punktuell: - technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten - Spielverständnis (Kooperation und Konkurrenz) - Regelverständnis Kriterien: - Regelkenntnisse und -einhaltung - Anwendung erlernter Techniken und Taktiken

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 2.2
Thema des UV: „Spielen fürs Köpfchen“ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („Games for brains“) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit erproben		
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung
Inhaltliche Kerne: kleine Spiele und Pausenspiele	Inhaltliche Schwerpunkte: Handlungssteuerung [c]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen [6 BWK 2.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1] MK - verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1] UK - einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Kognitiv herausfordernde Bewegungsspiele als Faktoren zur Förderung der exekutiven Funktionen (Inhibition, kognitive Flexibilität, Updating) - Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen (lernförderliche Kleine Spiele)	- Steigerung der Anforderungen lernförderlichen Spielen - Vom Bekannten zum Unbekannten, - Vom Leichten zum Schweren bzw. - Vom Einfachen zum Komplexen	Reflektierte Praxis: - Anforderungen (u.a. Umschalten, Konzentrieren, Merken) der lernförderlichen Spiele in unterschiedlichen Spielsituationen beschreiben - Herausforderungen unterschiedlicher Spielsituationen in Hinblick auf das eigene Können benennen und einordnen Fachbegriffe: - Konzentrationsfähigkeit - Lernförderliche Spiele - Exekutive Funktionen - Inhibition - Kognitive Flexibilität - Updating	unterrichtsbegleitend: - Durchführung und Beteiligung während der lernförderlichen Spiele Beobachtungsschwerpunkte: - Einhalten der vorgegebenen Regeln - Fokussierung auf die Unterrichtsinhalte und die damit verbundenen Herausforderungen

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 5.1
Thema des UV: Elementare Bewegung im Bodenturnen erlernen und gestalten		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen		Inhaltsfelder: d - Leistung b - Bewegungsgestaltung
Inhaltliche Kerne: normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen	Inhaltliche Schwerpunkte: - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] - Präsentation von Bewegungsgestaltung [b]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren [6 BWK 5.2] - grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [6 BWK 5.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1] MK - einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1] - einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2] UK - ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Schwerpunktsetzung bei der richtigen (halswirbelschonende) Ausführung der Rolle vw. Und rw. - - stützkraftfordernde Handstände am Boden und analoge Form beim Stützen und Schwingen - Phasierung ausgewählter Elemente - Verbindung der Turnelemente zu einer Bodenkür - den Übungsprozess gemeinsam gestalten – ein teamorientierter Ansatz einer Individualsportart	- Lernaufgabe: Erproben und Beherrschen einzelner Turnelemente sowie deren Verbindung zu einer Kür - den Übungsbetrieb richtig organisieren und durchführen unter Beachtung grundlegender Sicherheitsvorgaben im SU - Helfen und Sichern im Turnsport	Reflektierte Praxis: - unterschiedliche turnerische Elemente am Boden: - Strecksprung (halbe/ganze Drehung) - Rolle vw. und rw. - Rad - ggf. Handstand Fachbegriffe: - Stützkraft, - Körperspannung - Abrollen am Boden - Halswirbelsäule - Klammergriff - Hilfestellung vs. Sicherheitsstellung	unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft im Übungsbetrieb - Hilfsbereitschaft – Übernahme von Verantwortung, Teamgedanke im Übungsbetrieb punktuell: - Präsentation einer Kür (fünf unterschiedliche Einzelelemente müssen enthalten sein!) Kriterien: - Bewegungsausführung der Einzelelemente differenziert nach dem Schwierigkeitsgrad (z.B. Handstand frei)

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
Thema des UV: „Der Ball ist mein Freund“ – Sportspielübergreifende Basiskompetenzen aus der Heidelberger Ballschule in vielfältigen Spiel- und Übungsformen unter Berücksichtigung der individuellen Bewegungsqualität vertiefen		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: weitere Sportspiele und Sportspielvarianten	Inhaltliche Schwerpunkte: Struktur und Funktion von Bewegungen [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden [6 BWK 7.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] UK - einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Übernahme von drei Leitsätzen der Heidelberger Ballschule (Entwicklungsgemäßheit, Vielseitigkeit, Freudbetontheit) - Modifikation des vierten Leitsatzes „Spielerisch-nicht angeleitetes Lernen“ - Übungen aus allen drei Bausteinen der Heidelberger Ballschule, ABC für Spielanfänger (A – Taktik, B – Koordination, C – Technik) - Verbesserung der „motorischen Intelligenz“ - Vielseitige, sportspielübergreifende Ausbildung - Fokussierung auf das Spielen mit der Hand (Zielschussspiele) Hinführung auf die Anforderungen in den großen Sportspielen (u.a. Basketball) – integrative Sportspielvermittlung	- Übungszirkel mit niveaudifferenzierten Übungen - Spielformen mit möglichst isolierter Anforderung (z.B. Lücke erkennen) - Spielen mit wechselnden Partnern - Variation von Einzelübungen und Spiel- und Übungsformen in der Gruppe - Wechsel von Übungs- und Spielformen - Offener Unterrichtseinstieg mit freier Übungs- und Lernzeit Fokussierung auf ausgewählte Taktikbausteine (hier: „Lücke erkennen“ und „Anbieten und Orientieren“)	Reflektierte Praxis: - Qualitätsmerkmale von Bewegung - Einschätzung und Beschreibung von Anforderungen und Druckbedingungen in Spielsituationen - Situationsangemessenes Spielverhalten Fachbegriffe: - Koordination, Technik und Taktik	unterrichtsbegleitend: <u>Beobachtungsschwerpunkte:</u> - Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen (BWK) - Benennen und beurteilen von Bewegungsmerkmalen als Ausdruck der Bewegungsqualität (SK und UK) - Beteiligung in Gruppenarbeits- und Gesprächsphasen - Kontinuierliches und selbstbestimmtes Üben punktuell: <u>Beobachtungsschwerpunkte:</u> Demonstration von Übungen aus dem Bereich der (grundlegenden) koordinativen Basiskompetenzen (u.a. individuelle Verbesserung, Schwierigkeitsgrad der Übungen, Vielfältigkeit der Übungen - Repertoire) (BWK)

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 9	Nummer des UVs im BF/SB: 6.1
Thema des UV: Chinese Jump Rope – Vom Grundsprung zur Gruppenchoreographie		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b - Bewegungsgestaltung
Inhaltliche Kerne: gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)	Inhaltliche Schwerpunkte: - Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] - Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] - Präsentation von Bewegungsgestaltung [b]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen [6 BWK 6.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] - unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] MK - einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] - einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2] UK - einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1] - kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Schwerpunkt liegt auf dem Entwickeln von synchronen Sprüngen im Gummitwist in der Kleingruppe - An den Grundsprung werden selbstständig weitere Sprünge angehängt - Gemeinsame Etablierung eines Bewertungssystems als Basis für die gegenseitige Bewertung	- Einzelarbeit –Partnerarbeit – vierer Gruppen evtl. auch als Klassenchoreographie - Erlernen von Sprüngen anhand Sprungkarten - Entwickeln eigener Sprünge (8er Zählzeit)	Reflektierte Praxis: - Thematisierung von Rhythmus, Synchronität angelehnt an die Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Form, Dynamik) - Einführung der korrekten Zählweise (8er Sprünge) Fachbegriffe: - Blickrichtung - Start und Stopp - Grätschsprung - Innen und Aussen; Zwischen	unterrichtsbegleitend: - Kreativität und Einbringen beim Entwickeln von eigenen Sprüngen - Gemeinsames Arbeiten in der Gruppe - Kriteriengeleitete Reflexion in Kleingruppen und während Präsentationen vor der gesamten Gruppe punktuell: - Präsentation und kriteriengeleitete Auswertung einer Gruppenchoreographie mit einer maximalen Länge von 1 Minute

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.2
Thema des UV: „Spielen nach Regeln und mit Verstand“ – Sich in sportspielgerichteten Spielformen regelgerecht und mannschaftsdienlich verhalten und taktisch angemessen agieren		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: d - Leistung e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)	Inhaltliche Schwerpunkte: • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] UK • ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Reduktion komplexer Wurfspiele auf einfache Kleingruppensituationen - Wurf-spezifische Techniken: Passen und Fangen, Dribbling und Zielwürfe mit verschiedenen Bällen - Erlangung eines grundlegenden Regel- und Spielverständnisses	- Grundlegende Regelkenntnisse über die Kleinen Spiele erwerben - Einstandsdiagnose zur Feststellung der Vorerfahrungen und des Leistungsniveaus der Schüler in Stationsarbeit - Abbildungen von ballspezifischen Bewegungen beschreiben	Reflektierte Praxis: - Kleine Spiele wie Burgball, Kastenball, Quidditsch, u.ä. - Handlungssituationen aus Ballspielen in Stationen bewältigen - Einfache Übungsformen zum Passen und Fangen - Zielwürfe als Torwürfe und Korbwürfe Fachbegriffe: - FairPlay - Doppeldribbling - Druckwurf, Bodenpass, Schockwurf	unterrichtsbegleitend: - Individuelle Verbesserung - Teilnahme und Fair-Play in Spielsituation - Beharrlichkeit beim Üben punktuell: - Durchlaufen eines kleinen Technikparcours - Demonstration der Spielfähigkeit in einer Spielsituation Kriterien: - Situationsgerechte Anwendung der erlernten Fertigkeiten (Passen, Dribbling, Zielwurf)

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 9.1
Thema des UV: „Vielfältig und fair“ – Allein und in Gruppen um Räume, Gegenstände und Ausgangssituationen regelgerecht kämpfen		
BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Kämpfen um Raum und Gegenstände • Kämpfen mit- und gegeneinander	Inhaltliche Schwerpunkte: • Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen [6 BWK 9.1] • in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen [6 BWK 9.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] MK • in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] UK • sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Regeln zum fairen Miteinander erarbeiten - Rituale erarbeiten und einhalten - Sich auf die individuellen Voraussetzungen des Partners/Gegners einlassen - Zunehmenden Körperkontakt zulassen	- Partnerkämpfe - Selbst- und Fremdbeobachtung hinsichtlich der Einhaltung der vereinbarten Regeln	Reflektierte Praxis: - Vertrauensfördernde Spiele - Ziehen und Schieben in kleinen Wettkämpfen - Aus dem Gleichgewicht bringen - Einfache Kampfspiele - Erarbeiten und Erproben von Regeln zu den fairen Kämpfen: STOPP-Regel - Rituale	unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Fairness (Regeln einhalten) - Kompetenz zur Selbstwahrnehmung - Umsetzung der spielerischen Kampfformen Punktuell: - Ausgewählte Partnerkampfform (z.B. um einen Ball) unter Berücksichtigung der arbeiteten Regeln Kriterien: - Ausführung - Regeleinhaltung - Kooperation

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.1
Thema des UV: „Rennen, Hüpfen, Werfen“ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: grundlegendes leichtathletisches Bewegen	Inhaltliche Schwerpunkte: - Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] - wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] MK - einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] UK - einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Sprint- und Staffelspiele - Reaktionsspiele - einfache Lauf- und Sprungschulung - Überwinden von Hindernissen im Freien und in der Halle - Werfen mit unterschiedlichen Wurfgeräten - einbeinige (Weit-) Sprünge	- Experimentieren und Erproben verschiedener Lauf-/ Sprung- und Wurfformen - individuelle Verbesserung in Einzelarbeit - Arbeit im Stationsbetrieb - Partnerbeobachtung	Reflektierte Praxis: - Verbesserung der Hand-Fuß-Koordination - Reaktionsschulung - Grundlagen leichtathletischen Bewegens Fachbegriffe: - Wurfarm - Stemmbein - Sprungbein - Sprint	unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Reflexion der Arbeit - Kooperation punktuell: - Zielwürfe - Zonenspringen - Transportläufe

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.2
Thema des UV: „Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf“ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: • grundlegendes leichtathletisches Bewegen • leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1] • leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen [6 BWK 3.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] MK • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1] UK • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Sprint- und Staffelspiele - Erarbeitung Start (Kommando) - Lauf-ABC - Reaktionsspiele - einbeinige Sprünge - Sprung-ABC - Übungen zur Wurfkoordination - Phasierung von Wurfbewegungen - Erarbeitung von Bewegungsmerkmalen - Vorbereitung auf den Spiele-Leichtathletik-Wettkampf	- Arbeit an Stationen - Partnerbeobachtung - Arbeit mit Beobachtungsbögen - ggf. Videoanalyse - Selbstständige Verbesserung	Reflektierte Praxis: - Verbesserung der Techniken: - Anlauf - Absprung - Abwurf - Flugphase - Anleiten/Stoßen Fachbegriffe: - Sprungbein - Schwungbein - Stemmbein - Startkommando - Wurfarm - Sprint	unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Beurteilung von Bewegungsabläufen - Beschreibung von Bewegungen punktuell: - 50m-Sprint (Leistungsbewertung orientiert an der Leistung der MitschülerInnen) - Weitsprung (Leistungsbewertung orientiert an der Leistung der MitschülerInnen) - Ballwurf (Leistungsbewertung orientiert an der Leistung der MitschülerInnen)

2.1.3 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 6

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß? – Verschiedene Spiele und Spielideen kennen lernen, kriterienorientiert variieren und deren Regeln dokumentieren	2.3	6
UV 2	„ Wir entwickeln ein neues Spiel “ – Ein eigenes Spiel ausgehend von bekannten Spielideen und vereinfachten Regelstrukturen entwickeln und hinsichtlich ausgewählter Aspekte bewerten	2.4	14
UV 3	„ Qualle, Delphin, Wal und Flusspferd “ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen	4.1	7
UV 4	„ Daumen – Greifen – Ziehen – Drücken! Und Drehen! Und Atmen! “ – Beim Erlernen des Kraulschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen	4.2	14
UV 5	„ Wasserspringen ohne Angst und Übermut! “ – Beim vielfältigen Springen mit Angst umgehen und seine Grenzen ausloten	4.3	5
UV 6	„ Fit und leistungsstark “ – In einer selbst gewählten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung der Reaktionen des eigenen Körpers ausdauernd schwimmen können	1.2	8
UV 7	„ Vorbereitung mit Plan “ – Kennen lernen der grundlegenden Bestandteile von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen als gezielte Maßnahme zur Verletzungsprophylaxe	1.3	6
UV 8	„ Slide durch die Sporthalle “ – Mit Teppichfliesen oder Rollbrettern gleiten und rutschen	8.1	6
UV 9	„ Im Gleichgewicht sein “ – Balancieren und Bewegungen koordinieren können	1.4	4
UV 10	Kennenlernen elementarer Bewegungen an Geräten – Sprung und Reck (optional auch am Barren)	5.2	14
UV 11	„ Spannungsgeladene Ninja Warriors “ – Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Geräte- und Abenteuerstationen und -parcours nutzen	5.3	6

UV 12	„ Erste Schritte im Badminton “ – Einfache Spielsituationen durch taktisch angemessenes und regelgerechtes Verhalten bewältigen	3.3	12
UV 13	„ Coole moves zu aktuellen Hits “ – Vor dem Hintergrund der gemeinsamen Basischoreografie (Refrain) die einzelnen Liedstrophen in Gruppen selbst gestalten	5.2	12
UV 14	„ Abgerechnet wird zum Schluss “ – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch	6.2	12
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			160 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			126 UE
Freiraum:			34 UE

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 2.3
Thema des UV: „Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß? – Verschiedene Spiele und Spielideen kennen lernen, kriterienorientiert variieren und deren Regeln dokumentieren		
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • kleine Spiele und Pausenspiele	Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten [6 BWK 2.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] MK • in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] UK • sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Kriterien und Prinzipien für ein „gutes“ Spiel entwickeln - Kooperieren und sich verständigen bei der Variation von kleinen Lauf- und Fangspielen - Spielideen mit- und umgestalten - Regeln erkennen, verstehen und bedürfnisgerecht verändern - eigenverantwortliche Bildung und Organisation von Teams/ Mannschaften kennenlernen und praktizieren	- Erarbeitung in Kleingruppen - Fremdbeobachtung - Selbst-/ Fremdreflexion - deduktive bzw. problemorientierte Lehr- und Lernformen - Variation von Regelstrukturen	Reflektierte Praxis: - Verschiedene Spiele (Team vs. Einzel, Gegeneinander vs. Miteinander, etc.) und im Gespräch reflektieren - Weiterentwicklung einer vorgegebenen Grundspielidee anhand von vorgefertigter Spielkriterien - Spielentwicklung mit Schwerpunkt Taktik (erfolgsentsprechende taktische Maßnahmen) Fachbegriffe: - Regeln (nach Digel) (Inventar, Zeit, Raum, Personal, Handlung) - Wettkampf und Fairplay - Spielidee - Taktik (strategische Regeln)	unterrichtsbegleitend: - Faires und soziale Miteinander - Kooperationsfähigkeit - Engagement - Aufmerksamkeit - Motivation - Spielfähigkeit / Spielübersicht Punktuell: - technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten - Spielverständnis (Kooperation und Konkurrenz) - Regelverständnis Kriterien: - Regelkenntnisse und -einhaltung - Anwendung erlernter Techniken und Taktiken

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 2.4
Thema des UV: „Wir entwickeln ein neues Spiel“ – Ein eigenes Spiel ausgehend von bekannten Spielideen und vereinfachten Regelstrukturen entwickeln und hinsichtlich ausgewählter Aspekte bewerten		
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: kleine Spiele und Pausenspiele	Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen [6 BWK 2.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] MK - selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] - in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] UK - sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Kriterien und Prinzipien für ein „gutes“ Spiel entwickeln - Kooperieren und sich verständigen bei der Planung und Organisation von Spielformen (z.B. mit einem Wurfgerät) - Spielideen mit- und umgestalten - Regeln erkennen, verstehen und bedürfnisgerecht verändern	- Erarbeitung in Kleingruppen - Fremdbeobachtung - Selbst-/ Fremdreflexion - deduktive bzw. problemorientierte Lehr- und Lernformen - Variation und Transfer von Regelstrukturen - Lehrperson als Berater und Unterstützer	Reflektierte Praxis: - Verschiedene Wurfspiele entwickeln lassen (Teams vs. Einzel; Gegeneinander vs. Miteinander etc.) und im Sinne eines gelingenden Spiels reflektieren - im Sinne der Problemorientierung vorgegebene Grundspielidee analysieren, verändern und erweitern - komplexe Spielentwicklung unter besonderer Berücksichtigung von wurf- und fangspezifischen Fertigkeiten Fachbegriffe: - Regeln (Inventar, Zeit, Raum, Personal, Handlung) - Taktik (strategische Regeln) - Fangen, Passen, Doppelpass, Freilaufen/Anbieten - Spielidee → Kern des Spiels	unterrichtsbegleitend: - Faires und soziale Miteinander, Teamfähigkeit - Kooperationsfähigkeit - Engagement - Aufmerksamkeit - Motivation - Spielfähigkeit / Spielübersicht Punktuell: - Spielverständnis (Kooperation und Konkurrenz) - Kreatives Mitwirken - Konzeption, Niederschrift und Leitung eines selbstkonzipierten Spiels Kriterien: - Regelkenntnisse und -einhaltung - Anwendung erlernter Techniken und Taktiken

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 7	Nummer des UVs im BF/SB: 4.1
Thema des UV: „Qualle, Delphin, Wal und Flusspferd“ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen		
BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen f - Gesundheit
Inhaltliche Kerne: • sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen [6 BWK 4.1] • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] • grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1] MK • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Orientierungsfähigkeit im Wasser („Augen auf“ unter Wasser) - Abstoßen und Gleiten an der Wasseroberfläche und unter Wasser - Ausatmen unter Wasser - Vortrieb, Auftrieb, Absinken - spielerische Wassererfahrungen sammeln - Bauch- und Rückenlage	- Erproben und Experimentieren - offener Einstieg - erfahrungs- und erlebnisorientiertes Spielen - kooperative Arbeitsformen	Reflektierte Praxis: - Reflektieren von physikalischen Gesetzmäßigkeiten im Wasser - Sicherheitsaspekte im und um das Wasser Fachbegriffe: - Auftrieb, Vortrieb, Absinken - Gleiten - Wasserwiderstand - Baderegeln	unterrichtsbegleitend: - Bewegungsintensität - Einlassen auf Situationen - konstruktive Mitarbeit in Gesprächsphasen - Einhalten Baderegeln punktuell: - Baderegeln - Qualität von Abstoßen und Gleiten

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 4.2
Thema des UV: „Daumen – Greifen – Ziehen – Drücken! Und Drehen! Und Atmen!“ – Beim Erlernen des Kraulschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen		
BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: • sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • Schwimmarten einschließlich Start und Wende	Inhaltliche Schwerpunkte: • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen [6 BWK 4.1] • eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen [6 BWK 4.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] MK • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] UK • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Erarbeitung Beinschlag und Armzug beim Kraulschwimmen (Brust oder Rücken) - Koordination Beinschlag und Atmung - Vergleich Armzug Brust- und Rückenkraul - Technik Kraulschwimmen - Rhythmisierung der Atmung	- Partnerbeobachtung - Beobachtungsbögen und Visualisierungshilfen - Übungsformen zur Verbesserung der individuellen Technik	Reflektierte Praxis: - Koordinationsfähigkeit - Bewegungsmerkmale anhand von Bildreihen benennen Fachbegriffe: - Schwimmlage - Gleitzugtechnik - Armzug - Beinschlag - Rhythmuschulung -	unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Einhalten der Baderegeln - Verantwortung bei Partnerbeobachtung - konstruktive Mitarbeit in Gesprächsphasen punktuell: - Demonstration der Schwimmtechnik vor dem Hintergrund erarbeiteter Kriterien - Baderegeln

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 5	Nummer des UVs im BF/SB: 4.3
Thema des UV: Thema des UV: „Wasserspringen ohne Angst und Übermut!“ – Beim vielfältigen Springen mit Angst umgehen und seine Grenzen ausloten		
BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c - Wagnis und Verantwortung
Inhaltliche Kerne: • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Handlungssteuerung [c]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2] • in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen [6 BWK 4.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] • die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1] MK • verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1] UK • einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Springen als bewusstes Erleben von Wagnis und Verantwortung - unterschiedliche Sprünge (Paketsprünge, Kopfsprünge etc.) - Partnersprünge	- Erproben und Experimentieren - offene Gestaltung - Wahrnehmen und Reflektieren von physikalischen Gesetzmäßigkeiten	Reflektierte Praxis: - situationsangemessenes Sprungverhalten - Einschätzung von Situationen Fachbegriffe: - Auftrieb - Wasserwiderstand	unterrichtsbegleitend: - Umsetzung erteilter Arbeitsaufträge - Einhaltung von Sicherheitsvorschriften - konstruktive Mitarbeit

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 1.2
Thema des UV: „Fit und leistungsstark“ – In einer selbst gewählten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung der Reaktionen des eigenen Körpers ausdauernd schwimmen können		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen		Inhaltsfelder: d - Leistung f - Gesundheit
Inhaltliche Kerne: aerobe Ausdauerfähigkeit	Inhaltliche Schwerpunkte: - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15', beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15', Aerobic 15', Radfahren 30) erbringen [6 BWK 1.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] - psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] MK - Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1] UK - körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Schwimmen mit und gegeneinander - Laufen (Biathlon) - Atemtechniken - vielfältige Übungsformen	- Bewusstmachung von wichtigen Elementen der Lauf- / Schwimmtechniken (Atmung, Geschwindigkeit, Bewegungsausführung, Wasserlage)	Reflektierte Praxis: <u>Schwimmen:</u> - Brustschwimmen und Kraulschwimmen - Startsprünge - Zeitschwimmen und Wettkämpfe <u>Laufen:</u> - Laufen mit Pulsmessung und Atemtechniken Fachbegriffe: - Pulsmessung - Schwimmtechniken - Zeitschwimmen und Wettkampfvorgaben	unterrichtsbegleitend: - verbessern der Schwimmtechniken - Anstrengungsbereitschaft punktuell: - mind. 200 m Schwimmen - Abnahme, wie viele Bahnen geschwommen in 15 min - Zeitschwimmen

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 1.3
Thema des UV: „Vorbereitung mit Plan“ – Kennen lernen der grundlegenden Bestandteile von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen als gezielte Maßnahme zur Verletzungsprophylaxe		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Inhaltsfelder: d - Leistung f - Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: allgemeines und spezielles Aufwärmen	Inhaltliche Schwerpunkte: - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen [6 BWK 1.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] - psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] - Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2] MK - einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1] UK - körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Allgemeines Aufwärmen - Grundlegende funktionsgymnastische Übungen - Biologische Informationen - Sportartspezifisches Aufwärmen	- Erproben unterschiedlicher Aufwärmübungen - Aufwärmen allein und in der Gruppe	Reflektierte Praxis - Verschiedene Formen des Laufens und Dehnens - Grundregeln des Aufwärmens am Beispiel verschiedener Sportarten Fachbegriffe: - Allgemeines/spezielles Aufwärmen - Prinzipien des Aufwärmens - Vom Groben zum Feinen - Vom Allgemeinen zum speziellen Lauf- ABC - Herzkreislaufsystem - Muskulatur - Stretching/ Dehnübungen	unterrichtsbegleitend: - Aufwärmprogramm planen, leiten und auswerten punktuell: - Präsentation eines Aufwärmprogramms Kriterien: - Kriteriengeleitetes Aufwärmprogramm - Ausführungsqualität

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 8.1
Thema des UV: „Slide durch die Sporthalle“ – Mit Teppichfliesen oder Rollbrettern gleiten und rutschen		
BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/Wintersport		Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: • Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee	Inhaltliche Schwerpunkte: • Handlungssteuerung [c] • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät kontrolliert fortbewegen, gezielt die Richtung ändern sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen [6 BWK 8.1] • grundlegende, gerätspezifische Anforderungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter bewegungsökonomischen oder gestalterischen Aspekten sicherheitsbewusst bewältigen [6 BWK 8.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1] • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] MK • verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1] • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] UK • einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Individuelles / partner- und gruppenbezogenes Rutschen / Gleiten als Mittel der Fortbewegung bzw. Bewegungsschulung	- Erweiterung von Bewegungserfahrungen mit/an ungewöhnlichen Gegenständen - Organisationsformen/ Sicherheitsmaßnahmen - von Bewegungsaufgaben mit 1 Teppichfliese (z.B. Po-Rutschen, Roller fahren) zu Bewegungsaufgaben mit 2 Teppichfliesen (z.B. Raupe, Scheibenwischer, Rudern, Schubkarrenlauf) - von Einzelaufgaben über Partnerübungen zu Gruppenaufgaben und -spielen bis hin zu kleinen Wettkampfformen	Reflektierte Praxis: - Kontrolliertes Fortbewegen; situationsangemessenes und sicherheitsbewusstes Beschleunigen und Bremsen Fachbegriffe: - Kraft, Reibung; Bewegungsökonomie	unterrichtsbegleitend: - Verbesserung des Koordinationsvermögens, der Beweglichkeit, Geschicklichkeit, Gleichgewichtssinn und Kooperation

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 1.4
Thema des UV: „Im Gleichgewicht sein“ – Balancieren und Bewegungen koordinieren können		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche Kerne: motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness	Inhaltliche Schwerpunkte: - Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen [6 BWK 1.2] - grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden [6 BWK 1.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] MK - einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] UK - einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Unterschiedliche Sinnesanforderungen beim Balancieren ansprechen	- Erproben verschiedener Übungen zur Schulung des Gleichgewichts mit Geräten und Bällen	Reflektierte Praxis - Einzel- und Partnerformen beim Balancieren unter Variation der Ausgangsbedingungen (z.B. Hör- und Sehsinn; statisch-dynamisch) Fachbegriffe: - Statisches/ dynamisches Gleichgewicht - Funktionen der Sinnesorgane - Erproben und Experimentieren - Raumgefühl - Orientierungsfähigkeit	unterrichtsbegleitend: - Übungsformen demonstrieren

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 5.2
Thema des UV: Kennenlernen elementarer Bewegungen an Geräten – Sprung und Reck (optional auch am Barren)		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c - Wagnis und Verantwortung
Inhaltliche Kerne: normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen	Inhaltliche Schwerpunkte: - Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] - Struktur und Funktion von Bewegungen [a] - Handlungssteuerung [c]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren [6 BWK 5.2] - grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [6 BWK 5.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] - wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] - die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1] MK - mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1] - einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] - verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1] UK - einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Phasierung ausgewählter Elemente - den Übungsprozess gemeinsam gestalten – ein teamorientierter Ansatz einer Individualsportart - Geräte auf- und Abbau - Übungen zum Aufbau und dem Erhalt von Körperspannung	- Lernaufgabe: Erproben und Beherrschen einzelner Turnelemente sowie deren Verbindung zu einer Kür - den Übungsbetrieb richtig organisieren und durchführen unter Beachtung grundlegender Sicherheitsvorgaben im SU - Richtiges Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit sowie der der Mitschüler - Helfen und Sichern im Turnsport	Reflektierte Praxis: - unterschiedliche turnerische Elemente am Reck: - Stütz - Aufschwung - Unterschwing - ggf. Umschwung vorlinks rückwärts - Sprung: - z.B. Hocksprung, Hockwende, Grätschsprung - Streck-, Drehsprung (Minitrampolin) Fachbegriffe: - Stützkraft, Körperspannung - Rotation - Hilfestellung Reck - Hilfestellung vs. Sicherheitsstellung	unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft im Übungsbetrieb - Hilfsbereitschaft – Übernahme von Verantwortung für die eigene Bewegung und die der Mitschüler, Teamgedanke im Übungsbetrieb punktuell: - Demonstration einer Bewegungsverbinding an Reck und Sprung Kriterien: - Bewegungsausführung der Einzelelemente differenziert nach dem Schwierigkeitsgrad (z.B. Aufschwung)

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 5.3
Thema des UV: „Spannungsgeladene Ninja Warriors“ – Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Geräte- und Abenteuerstationen und -parcours nutzen		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Barren, Kasten u.a.) demonstrieren [6 BWK 5.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] MK • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] • selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- stützkraftfordernde Elemente an Gerätebahnen beim Stützen und Schwingen - den Übungsprozess gemeinsam gestalten – ein teamorientierter Ansatz einer Individualsportart	Lernaufgabe: - Bewältigung versch. Bewegungsaufgaben - den Übungsbetrieb richtig organisieren und durchführen unter Beachtung grundlegender Sicherheitsvorgaben im SU - Helfen und Sichern	Reflektierte Praxis: - Sicherheit vs. Geschwindigkeit - Körperwahrnehmungen beim Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen	unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft im Übungsbetrieb - Hilfsbereitschaft – Übernahme von Verantwortung, Teamgedanke im Übungsbetrieb punktuell: - einen Ninja Parcour flüssig, zeiteffizient und sicher bewältigen

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.3
Thema des UV: „Erste Schritte im Badminton“ – Einfache Spielsituationen durch taktisch angemessenes und regelgerechtes Verhalten bewältigen		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)	Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [6 BWK 7.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] MK - selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] UK - sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Einführung in den Badmintonsport - Verbindung aus dem spielgemäßen Konzept und dem technikorientierten Konzept - „Spiele den Ball so, dass dein Spielpartner den Ball nicht erreichen oder fehlerhaft zurückspielen kann.“	- Materialgewöhnung/Griff-Haltung in unterschiedlichen, kooperativen Spielformen erarbeiten - In unterschiedlichen Spielformen Technikmerkmale der Netzdropschläge erarbeiten - Technikmerkmale des Rückhandaufschlages (Stationsarbeit) - Kriterien für Spielformen erarbeiten - Spielformen erstellen, präsentieren und bewerten	Reflektierte Praxis: - Wie habe ich den Schläger gehalten? - Wie habe ich die Netzdrops-Schläge gespielt? - Wie spielt man am besten den Rückhandaufschlag? - Wie haben wir es geschafft den Ball lange im Spiel zu halten? Woran ist es gescheitert? - Was macht eine Spielformen aus, in der man gut zusammenspielen kann? Fachbegriffe: - Rückhand, Unterhand, Spielformen	unterrichtsbegleitend: - Aktive Teilnahme am UG - Eigenständiges Arbeiten anhand der Arbeitsaufträge - Kooperatives Arbeiten in Kleingruppen Beobachtungsschwerpunkte: - Kommunikationsfähigkeit - Beteiligung an der Arbeit in den Kleingruppen punktuell: - Technikdemonstration der Netdrop-Schläge und Aufschlag - Präsentation und Durchführung einer eigenen Spielform

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 9	Nummer des UVs im BF/SB: 6.2
Thema des UV: „Coole moves zu aktuellen Hits“ – Vor dem Hintergrund der gemeinsamen Basischoreografie (Refrain) die einzelnen Liedstrophen in Gruppen selbst gestalten		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste		Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung	Inhaltliche Schwerpunkte: • Variation von Bewegung [b] • Präsentation von Bewegungsgestaltung [b] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren [6 BWK 6.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1] • grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen [6 SK b2] MK • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1] • Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1] UK • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1] • kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Einführung in die Grundzüge eines ausgewählten Modetanzes - Erlernen typischer tänzerischer Elemente (kleine, kurze Sprünge und Bewegungen) - Erlernen einer Ausgangschoreographie - Umgestalten unter besonderer Berücksichtigung von Gestaltungsvariationen (z.B. Raumwege, Formation, Veränderung der Reihenfolge der Ausgangschoreographie; Armbewegungen) - Präsentation der Choreographie	- Auswerten aktueller Video-Clips - Nachgestalten einer vorgegebenen Choreographie - Üben in Kleingruppen - Umgestalten der Choreographie in Kleingruppen	Reflektierte Praxis: - Thematisierung von Rhythmus, Synchronität angelehnt an die Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Form, Dynamik) - Einführung der korrekten Zählweise (8er Sprünge) Fachbegriffe: - Gestaltungskriterien: Raum (Aufstellungsformen, Raumwege), Stil - Gestaltungskriterien: Zeit, Kraft, Form, Stil - Beat (gleichmäßiger Grundschlag) und Off-Beat (Akzent zwischen den regelmäßigen Grundschlägen)	unterrichtsbegleitend: - Tanzbewegungen angepasst an die rhythmisch-musikalische Vorlage - Bereitschaft Bewegungsideen zu erproben - Hemmungen im Umgang mit neuen Bewegungsformen abbauen - in Gruppen kooperativ zusammenarbeiten punktuell: - Präsentation der erarbeiteten Choreographien (Bewertungskriterien: Stil, Synchronität, Kreativität, Abwechslungsreichtum, klarer Anfang und Schluss)

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.3
Thema des UV: „Abgerechnet wird zum Schluss“ – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: d - Leistung e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: - leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) - traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe	Inhaltliche Schwerpunkte: - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] - Leistungsverständnis im Sport [d] - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen [6 BWK 3.2] - einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen [6 BWK 3.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] MK - einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1] UK - ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- genormtes leichtathletisches Bewegen - Lauf-ABC • Sprung-ABC - Wurfschulung - Messverfahren sachgerecht anwenden - Wettkampfregeln der Leichtathletik erarbeiten - Sicherheitsbestimmungen - Wettkampfstätten herrichten und betreuen - Schulung alternativer Wettkampfformen als Vorbereitung auf den Spiele -Leichtathletik - Wettkampf	- eigenverantwortliches und selbständiges Üben und Trainieren (allein und in der Gruppe) - individuelle Vorbereitung auf eine Wettkampfleistung - Arbeit mit Technikbildern	Reflektierte Praxis: - Belastungsgrenze - Individuelle Leistungsfähigkeit - Techniken des Laufens, Werfens, Sprungs - Wettkampfregeln Fachbegriffe: - Startkommando - Tiefstart - Hocksprung - Kniehub - Messung - Wurf-/Sprung-/Sprinttechnik	unterrichtsbegleitend: - angemessenes Trainings- und Wettkampfverhalten - Anstrengungsbereitschaft - Umsetzung von Techniken punktuell: - normierter Dreikampf nach Punktwertung BJS

2.1.4 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 7

Nummer- ierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Min.)
UV 1	Mit Starts und Wenden in allen vier Stilarten sicher und schnell schwimmen können.	4.4	20
UV 2	Schwimme so schnell du kannst – Sprints und Staffeln als Vorbereitung eines Wettkampfes (zweier Klassen) erlernen.	4.5	10
UV 3	„Vom Ball über die Schnur zum Volleyspielen“ – die Spielidee des Volleyspiels kennenlernen	7.4	12
UV 4	Ästhetisch-gestalterische Präsentation am Beispiel Jumpstyle	6.3	12
UV 5	Akrobatische Kunststücke in einer Gruppe gestalten – eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren	5.4	18
UV 6	„Spielend lernen“ – Spiele mit konditionellen, koordinativen und kognitiven Anforderungen spielen, variieren und eigenständig weiterentwickeln	2.5	6
UV 7	Grundlagen für Ballspiele vielfältig kennenlernen – Grundfertigkeiten vertiefen - Badminton	7.5	12
UV 8	„Projekt Sportabzeichen“ – Wir trainieren für einen leichtathletischen Mehrkampf mit dem Ziel der erfolgreichen Durchführung des Sportabzeichens	3.4	15
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			120 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			105 UE
Freiraum:			15 UE

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 20	Nummer des UVs im BF/SB: 4.4
Thema des UV: Mit Starts und Wenden in allen vier Stilarten sicher und schnell schwimmen können.		
BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d - Leistung	
Inhaltliche Kerne: - Schwimmarten einschließlich Start und Wende - Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen	Inhaltliche Schwerpunkte: - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] - Trainingsplanung und Organisation [d] - Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- und Fremdrettung sachgerecht nutzen [10 BWK 4.2] - grundlegende Techniken und Fertigkeiten im Wasser (Schwimmen, Tauchen oder Springen) spielerisch oder ästhetisch oder kreativ zur Bewältigung unterschiedlicher Anforderungssituationen im Wasser nutzen [10 BWK 4.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] - für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] MK - grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] - analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] - unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] UK - Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 4.5
Thema des UV: Schwimme so schnell du kannst – Sprints und Staffeln als Vorbereitung eines Wettkampfes (zweier Klassen) erlernen.		
BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: d - Leistung e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Schwimmarten einschließlich Start und Wende	Inhaltliche Schwerpunkte: • Leistungsverständnis im Sport [d] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher ausführen [10 BWK 4.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3] • einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1] UK • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UV: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.4
Thema des UV: „Vom Ball über die Schnur zum Volleyspielen“ – die Spielidee des Volleyspielens kennenlernen		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)	Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Interaktion im Sport [e] • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] MK • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] UK • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- spielerisches Erlernen der Grundidee des Volleyballs (vom Ball über die Schnur) - spielerisches Erlernen des oberen ggf. unteren Zuspiels über das Fangen und Werfen im Kleinfeld - einfache Taktik/ Aufstellung im 3:3 - Erlangen eines grundlegenden Regel- und Spielverständnisses	- spielerisches Erlernen des oberen Zuspiels mit unterschiedlichen Ballmaterialien in einfachen Spielsituationen - Beobachtungsbögen zur Spielbeobachtung	Reflektierte Praxis: - zu vermittelnde Technik in vielen spielerischen Situationen üben und festigen - Übungsformen zum oberen ggf. unteren Zuspiel Fachbegriffe: - Fairplay und Wettkampf - Regeln (Personal, Raum, Inventar, Handlungen) - taktisches Spielverständnis	unterrichtsbegleitend: - Sozialverhalten - Anstrengungsbereitschaft punktuell: - Überprüfung einfacher Spielfähigkeit unter besonderer Berücksichtigung von Kriterien - Einhaltung der Regeln

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 6.3
Thema des UV: Ästhetisch-gestalterische Präsentation am Beispiel Jumpstyle		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche Kerne: Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung	Inhaltliche Schwerpunkte: - Variation von Bewegung [b] - Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Hip-Hop, Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] - ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] - das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2] MK - analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] - unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen - allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1] - kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3] UK - gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Bewegungsgrundformen über Handlungsimpulse erproben - Sprungvariationen erproben und festigen - Bewegungserfahrungen sammeln - Erarbeitung einer choreographischen Präsentation	- Bewegungsgrundformen - Kreative Umsetzungsversuche in Partnerarbeit und arbeitsteiliger Gruppenarbeit - Präsentieren von Ergebnissen	Reflektierte Praxis: - Kriteriengeleitet Feedback geben - Eigene Jumps entwickeln und bewerten Fachbegriffe: - Gestaltungskriterium: Zeit: Synchronität - Gestaltungskriterium Raum: Raumwege, Aufstellung - Gestaltungskriterium Dynamik: Krafteinsatz, Körperspannung - Drehungen und Sprünge - Erläutern des Basic-Jump, Hook, K-Jump, Left-Right, Front-Back, Half-Turn	unterrichtsbegleitend: - Beherrschen technisch-koordinativer Grundformen - Fähigkeit, kreative Lösungen zu beobachten und zu reflektieren - Handlungsentscheidungen treffen und reflektieren - Kooperation punktuell: - Kleingruppengestaltung (Bewertungskriterien Synchronität und Bewegungsfluss; Raum und Zeit)

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 18	Nummer des UVs im BF/SB: 5.4
Thema des UV: Akrobatische Kunststücke in einer Gruppe gestalten – eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen		Inhaltsfelder: f - Gesundheit b - Bewegungsgestaltung
Inhaltliche Kerne: Akrobatik	Inhaltliche Schwerpunkte: - Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] - Gestaltungskriterien [b] - Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren [10 BWK 5.2] - turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1] - das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2] MK - die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1] - Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2] - kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3] UK - die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Gruppenfiguren - Sicherheitsbelehrung zum Auf- und Abstieg bei akrobatischen Figuren - Kriterien für eine gelungene Akrobatikpräsentation - Schüler bewerten sich untereinander auch mit Hilfe von digitalen Medien (z.B. durch Video Delay) - Evtl. Begleitung durch Musik	- Lernaufgabe: Erproben und Beherrschen einzelner akrobatischer Figuren - den Übungsbetrieb richtig organisieren und durchführen unter Beachtung grundlegender Sicherheitsvorgaben im SU - richtiges Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit sowie der Mitschüler - eigenständige Einteilung in der Gruppe nach Gewicht, Körpergröße etc. - Helfen und Sichern beim Figurenauf-/abbau - Sicherheitsbelehrung (ohne Schuhe, keinen Buckel und kein Hohlkreuz bei Brücke; nicht auf Wirbelsäule treten, nicht abspringen)	Reflektierte Praxis: - Gesundheitsrelevanz korrekter Bewegungsausführungen - Sicherheitsstellung - Körperspannung - Auf-/Abbau und Halten einer Figur - Stopp-Regel Fachbegriffe: - Gruppenfiguren (4er, 5er oder 6er): - Pyramiden - „Stützfiguren“ etc. - turnerische Elemente zur Komplettierung der Präsentation, z.B.: - Rolle vw./rw., Handstand, Rad etc.	unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft im Übungsbetrieb - Einbringen in der Gruppe (Ideen, Kreativität) - Hilfsbereitschaft punktuell: - mindestens 3 der vorgegebenen Gruppenfiguren müssen in der Präsentation enthalten sein Kriterien: - Schwierigkeitsgrad der Figuren - kontrollierter Auf-/Abbau - Halten der Figur (mind. 3 Sekunden) - flüssige Übergänge zwischen den Figuren - zusätzliche turnerische Elemente

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 2.5
Thema des UV: „Spielend lernen“ – Spiele mit konditionellen, koordinativen und kognitiven Anforderungen spielen, variieren und eigenständig weiterentwickeln		
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Kleine Spiele und Pausenspiele	Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3] UK • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Spielideen weiterentwickeln - Einbringung der koordinativen Fähigkeiten (z.B. Hand-Auge), Ballantizipation - Erfahren von Gemeinschaft / agieren als Mannschaft - Ermöglichung eines erfolgreichen Zusammenspiels - Merkmale der Spielidee erkennen - Präsentationsfähigkeiten verbessern - Spiele skizzieren und strukturiert erklären - Spiele organisieren	- Spielregeln in Kleingruppen aufstellen, erproben und variieren - Rahmenbedingungen (u.a. Raum, Zeit, Personenzahl, Material, Spielidee) verändern (in der Kleingruppe und im Unterrichtsgespräch) - Bekannte und neue Spiele in wechselnden Gruppen erproben	Reflektierte Praxis: - Streitsituationen - Spiele interessant gestalten (Variation von Spielparametern) - Koordinative Anforderungsschwierigkeiten - Taktik und Strategie in kleinen Spielen - Beurteilung der Leistungen der Mitschüler Fachbegriffe: - Spielidee/Spielziel - Grundlegende koordinative Fähigkeiten / Fähigkeitsprofil	unterrichtsbegleitend: - Teamfähigkeit - Fairness und Regelkonformität - Spiele beschreiben und einordnen - Spielfähigkeit - Engagement und Motivation - Übernahme von Aufgaben in der Gruppenarbeit und beim Spielen punktuell: - Präsentation des eigenen Spiels mit evtl. Turnierplanung - Schiedsrichterleistung

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.5
Thema des UV: Grundlagen für Ballspiele vielfältig kennenlernen – Grundfertigkeiten vertiefen - Badminton		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)	Inhaltliche Schwerpunkte: - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] - Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2] - in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] - Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] MK - analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] UK - das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Reduktion der Anzahl der Schläge, mit denen eine erste Spielfähigkeit hergestellt wird: hoher Aufschlag (kurzer Rückhandaufschlag, Überkopfclear, Netzdrops, Unterhandclear) - Wahrnehmung eines badmintonspezifisch anliegenden Balles und koordinativ richtige und zeitgerechte Ausführung des Schlages - Weg vom Miteinander, wie beim Federball, und hin zum Gegeneinander, indem zunehmend bewusst neben oder hinter/vor den Gegner gespielt wird - Das eigene Spiel regelgerecht ausführen und zählen	- Bewegungs-demonstration, Zeitlupe - viel Partnerarbeit – oft auch Vierergruppen für Beobachtungsaufgaben - viel Wert legen auf das systematische Üben des hohen Aufschlages (kurzen Rückhandaufschlag) mit viel/ohne Schwung - Stellung zum Ball als Seitgrätschstellung mit Dreiecksbildung oder die Schwungschleifen mithilfe von Partnerkorrekturen schulen - hohe Bewegungsintensität auch beim Üben erzeugen, damit die koordinativen Prozesse geschult werden	Reflektierte Praxis: - Beobachtungsbogen und -korrektur Fachbegriffe: - Endlosschleife im Übungsprozess, Rundlauf, Kaiserturnier - Shake-Hand-Griff - hoher Aufschlag, kurzer Aufschlag - Überkopfclear (vh), Unterhandclear (vh), Netzdrops (vh, rh) - Aufschlagfeld u.a. Linien	unterrichtsbegleitend: - Einhalten der Übungsaufgabe - Grad der Anstrengung und Wiederholungen - sachgerechter Umgang mit den Gerätschaften - Mithilfe beim Auf- und Abbau der Anlagen punktuell: - Überprüfung der Spielfähigkeit anhand einer Praxisprüfung: „kurz-lang auf ½ Feld“ Kriterien: - richtige Schlägerhaltung auch während des Spiels - treibe den Gegner mit deiner Angabe nach hinten - stelle deinen Gegner mit Bällen neben/vor/hinter ihn vor ein Problem - versuche selbst, möglichst viele Bälle zu erreichen

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 15	Nummer des UVs im BF/SB: 3.4
Thema des UV: „Projekt Sportabzeichen“ – Wir trainieren für einen leichtathletischen Mehrkampf mit dem Ziel der erfolgreichen Durchführung des Sportabzeichens		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: d - Leistung e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)	Inhaltliche Schwerpunkte: • Leistungsverständnis im Sport [d] • Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen [10 BWK 3.1] • alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen [10 BWK 3.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1] • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2] • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] MK • sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2] • die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1] UK • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- grundlegende Merkmale der Disziplinen in ihrer Funktion erläutern - Messverfahren sachgerecht anwenden - selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) - Wettkampfstätten sachgerecht herrichten - Grundlegende Wettkampfbegriffe zu den Disziplinen einhalten	- selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) - Vorbereitung des Wettkampfes in Gruppen - Individuelle Vorbereitung auf eine Trainingsleistung (z.B. Aufwärmen) - Wettkampfstätten sachgerecht herrichten	Reflektierte Praxis: - ein Bewertungssystem planen, testen und evaluieren - Sinnhaftigkeit und Fairness der Normtabellen des Sportabzeichens Fachbegriffe: - Wettkampfbegriffe - Trainingstagebuch - Bewertungssystem - Disziplinen des Sportabzeichens	unterrichtsbegleitend: - Sich auf Unbekanntes einlassen - Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben der Disziplinen zeigen - angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten (z.B. beim Aufwärmen) zeigen - Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen punktuell: - Überprüfung anhand der Normtabellen des Sportabzeichens

2.1.5 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 8

Nummer- ierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„So spielt man anderswo“ – Spiele aus anderen Kulturen (z.B. Flagfootball, Ultimate Frisbee, Korbball)	2.6	15
UV 2	„Step up, step down“ – eine in Gruppen erarbeitete Choreographie im Step-Aerobic präsentieren und bewerten	6.4	15
UV 3	„Volleyball spielen“ – Grundlagen schaffen für das Spiel über das Netz auf Kleinfeldern	7.6	15
UV 4	„Parcours oder Ninja Warrior“ – Normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen erfahren	5.5	18
UV 5	Gesundes Kräftigen mit eigenem Körpergewicht – z.B. ein Zirkeltraining planen und durchführen	1.5	12
UV 6	„Das habe ich noch nie gemacht!“ – Hochsprung, Kugelstoß oder Hürdenlauf als neue Herausforderung mit Unterstützung digitaler Medien annehmen	3.5	18
UV 7	„Sicher auf Radtour/Skatetour“ – (alternativ durch z.B. eine Wanderwoche Skilehrgang; Wandertag (bei entsprechender Akzentuierung) zu ersetzen)	8.2	8
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			120 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			101 UE
Freiraum:			19 UE

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 15	Nummer des UVs im BF/SB: 2.6
Thema des UV: „So spielt man anderswo“ – Spiele aus anderen Kulturen (z.B. Flagfootball, Ultimate Frisbee, Korbball)		
BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Spiele aus anderen Kulturen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] MK • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] UK • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Kulturelle Hintergründe verschiedener Sportspiele kennenlernen - Inventarregeln und deren Auswirkungen auf das allgemeine Spielverhalten in verschiedenen Sportspielen kennenlernen - Unterschiedliches technisch-taktisches Spielverhalten - Vermittlung von Zusammenhang von Spielidee und Regelwerk - Fairnessgedanken durch Spielen ohne Schiedsrichter stärken (Mannschaften leiten und lenken den Spielprozess)	- Deduktive Vermittlung von technischen Fertigkeiten und des Regelwerks (z.B. durch Referatsvergabe) - Reflektierte Praxis - Im Team Angriffs- und Abwehrstrategien entwickeln, erproben und anwenden (induktiv) - In Gruppen Übungsformen zur Verbesserung der technischen Fähigkeiten erproben und anwenden (deduktiv) - Beurteilung von Bewegungsspielen anderer Kulturen	Reflektierte Praxis: - Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund spielen (z.B. Ultimate Frisbee, Flagfootball, Korbball) - Tore, Körbe, Punkte erzielen und verhindern - Tor/Torwart vs. Korb/Zone - Gemeinsame taktische Verhaltensweisen: Freilaufen, Anbieten, Tempogegenstoß, Mann- Raumdeckung - Unterschiedliche Techniken: Passen, Ballannahme, Dribbeltechnik Fachbegriffe: - Konstitutive und strategische Regeln - Taktik Abwehr/Verteidigung, Freilaufen und Anbieten, Gruppen- und Individualtaktische Handlungsmöglichkeiten	unterrichtsbegleitend: - Fairness und soziales Miteinander - Kooperationsfähigkeit - Engagement - Teamfähigkeit - Anstrengungsbereitschaft in offensiven und defensiven Spielsituationen - Mitarbeit PA und GA: reflexive Phasen punktuell: - Spielverhalten in der Offensive und Defensive - Spielübersicht, Regelkenntnis - Zusammenspiel - Dynamik

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 15	Nummer des UVs im BF/SB: 6.4
Thema des UV: „Step up, step down“ – eine in Gruppen erarbeitete Choreographie im Step-Aerobic präsentieren und bewerten		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste		Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung
Inhaltliche Kerne: - Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgerät oder Alltagsmaterialien) - Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung	Inhaltliche Schwerpunkte: - Variation von Bewegung [b] - Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b] - Gestaltungskriterien [b]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (Ball, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] - das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2] MK - kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3] - Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2] - unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen - allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1] UK - die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1] - gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Beginn mit dem Erlernen von Basisschritten im Step-Aerobic - Lehrkraftorientierte Vermittlung der Tanzschritte - Eigene Step-Aerobic Schritte werden erarbeitet - Schrittvarianten - Erarbeiten einer Schrittabfolge mit dem Ziel der Ausdauererschulung unter besonderer Berücksichtigung von Raumformationen - Formalen Aufbau von Musikstücken erarbeiten	- Von der Rhythmusschulung zu den Step Aerobicsschritten passend zur Musik (z.B. anhand von Arbeitskarten) - Erarbeitung eigener Schritte in der Gruppe - Erlernen gängiger Aerobic-schritte (Step touch, V-Step, Leg Curl, Double Step, Jumping Jack, Step up, Step down, Tap up, Tap down, Turn Step, Side leg lift, Leg curl, Over the top, Knee lift, Front leg kick, L-Step) - Bewegungskombinationen von Arm- und Beinbewegungen	Reflektierte Praxis: - Kriteriengeleitet Feedback geben - Eigene Step-Aerobic Schritte entwickeln, präsentieren und bewerten Fachbegriffe: - Zählzeiten - Gestaltungskriterien: Raum, Zeit, Form und Dynamik	unterrichtsbegleitend: - Beherrschen der Grundschrte im Aerobic - Engagement, Anstrengungsbereitschaft - Kooperationsfähigkeit - Sachgerechter Umgang mit dem Material punktuell: - Kleingruppengestaltung der erarbeiteten Step-Aerobic Choreografien (Bewertungskriterien Synchronität und Bewegungsfluss; Raum; Variation; Aufbau; Dynamik; Rhythmus)

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 15	Nummer des UVs im BF/SB: 7.6
Thema des UV: „Volleyball spielen“ – Grundlagen schaffen für das Spiel über das Netz auf Kleinfeldern		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d - Leistung e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)	Inhaltliche Schwerpunkte: • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] • Leistungsverständnis im Sport [d]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.1] • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] • koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3] MK • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] • sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2] • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] UK • den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Erlernen der Grundtechniken - Wiederholung oberes Zuspiel - Erlernen unteres Zuspiel, Aufschlag von unten - vom 2 mit 2, 3 mit 3 zum 4 mit 4 - vom miteinander zum gegeneinander Spielen - Erlernen taktischer Grundelemente (Annahme + Zuspiel / Aufschlag + Annahme)	- Stationenlernen: Kombination aus Technikerlernen- und Technikverbesserung SOWIE regelgerechtem Spiel - gezieltes Anwenden der Grundtechniken in versch. Anforderungssituationen (z.B. Zielpritschen, Zielbaggern)	Reflektierte Praxis: - Aufstellungsformen und ihre taktischen Möglichkeiten im 3 vs. 3 und 4 vs. 4 - Bewegungsbereitschaft und Kommunikation als Grundvoraussetzungen für ein erfolgreiches Spiel Fachbegriffe: - Zuspieler - Annahme vs. unteres Zuspiel - Stellen über die Position 3	unterrichtsbegleitend: - Einhalten der Übungsaufgaben - Grad der Anstrengung und Wiederholungen - Mithilfe bei Auf- und Abbau - unterrichtsdienliches Verhalten punktuell: - Überprüfungen von Einzeltechniken in einfachen Übungsformen: z.B. für Baggern, Pritschen, Aufschlag - Überprüfung einfacher Spielfähigkeit

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 18	Nummer des UVs im BF/SB: 5.5
Thema des UV: „Parcours oder Ninja Warrior“ – Normungebundenen Turnen an Geräten und Gerätekombinationen erfahren		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen		Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: • Normungebundenen Turnen an Geräten und Gerätekombinationen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c] • Handlungssteuerung [c] • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1] • emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2] • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3] • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] MK • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1] • Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2] • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] UK • komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Auf- und Abbau Bewegungslandschaften - Grundlagen von Parcour oder Ninja - Übungen zum Aufbau und dem Erhalt von Körperspannung - Sicherheitsbelehrung - Helfen und Sichern	- Lernaufgabe: Erproben und Beherrschen einzelner Parcour- / Ninjaelemente - den Übungsbetrieb richtig organisieren und durchführen unter Beachtung grundlegender Sicherheitsvorgaben im SU - richtiges Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit sowie der der Mitschüler - Schüler-Schülerbewertung	Reflektierte Praxis: - Sicherheitsrelevanz von Aufbauten - Sicherheit vs. Geschwindigkeit - Abrollen und Abrollbewegungen - Angstabbau durch Gerätehilfen Fachbegriffe: - Körperspannung - Parkour bzw. Ninja-Vokabular	unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft im Übungsbetrieb - Hilfsbereitschaft - Übernahme von Verantwortung für die eigene Bewegung und die der Mitschüler, Teamgedanke im Übungsbetrieb punktuell: - Bewegungsausführung der Einzelelemente differenziert nach dem Schwierigkeitsgrad - Bewertung der Bewältigung von selbst gestalteten Bewegungslandschaften - Schüler-Schülerbewertung

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 1.5
Thema des UV: Gesundes Kräftigen mit eigenem Körpergewicht – z.B. ein Zirkeltraining planen und durchführen		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Inhaltsfelder: f - Gesundheit d - Leistung	
Inhaltliche Kerne: Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness	Inhaltliche Schwerpunkte: - Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f] - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 1.3] - ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [10 BWK 1.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1] - Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2] - ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2] MK - die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1] - Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2] - einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1] UK - gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen [10 UK f1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Krafttraining mit dem eigenen Körpergewicht - gesund-funktionales Training unter Berücksichtigung des wachsenden Organismus durchführen	- Zirkel- oder Stationstraining planen und durchführen - - Bewertungskriterien finden und reflektieren	Reflektierte Praxis: - Körperspannung/Haltung - Bedeutung der Kraftfähigkeiten für einen gesunden Alltag Fachbegriffe: - funktionales Kräftigen - Sehnen, Bänder - Agonist/Antagonist	unterrichtsbegleitend: - Auf- und Abbau - Unterrichtsdienliches bei Durchführung der Bewegungsaufgaben

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 18	Nummer des UVs im BF/SB: 3.5
Thema des UV: „Das habe ich noch nie gemacht!“ – Hochsprung, Kugelstoß oder Hürdenlauf als neue Herausforderung mit Unterstützung digitaler Medien annehmen		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) • Grundlegendes leichtathletisches Bewegen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] MK • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] UK • den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2] • den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Reflektion der einzelnen Phasen mit Hilfe digitaler Medien - Kooperation durch kriteriengeleitete Partnerkorrektur', gegenseitige Erkennung und Verbesserung von Fehlerbildung, Einsatz von Videosequenzen - Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampfregeln zu der jeweiligen Disziplin anwenden können - Messverfahren sachgerecht anwenden	- Erproben /Experimentieren (z.B. Anlauf, Länge, Tempo, Absprungtechnik) - selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) - Einsatz von digitalen Beobachtungsbögen und Videomaterial - Evtl.: Kurzvorträge - Wettkampfformen (z.B. Risikohochsprung/Hochsprung) - Wettkampfstätten sachgerecht herrichten	Reflektierte Praxis: - Hochsprung oder Kugelstoß oder Hürdenlauf nach Abstimmung mit der Lerngruppe - Beobachtungsbögen / Korrekturbögen in digitaler Form - Hochsprunganlagen, Hütchen als Anlaufhilfe, Zauberschnur. Fachbegriffe: - Bewegungsphasen - Bewegungsmerkmale (z.B. Doppelarmschwung / Fixierung der Absprungposition / L-Position...) - Beobachtungsbögen	unterrichtsbegleitend: - Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben der Disziplin - Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen - Kooperation / Qualität der Rückmeldungen punktuell: - Messungen der Leistungen - Mündliche Beiträge / Vorträge - Ausführungsqualität

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 8.2
Thema des UV: „Sicher auf Radtour/Skatetour“ – (alternativ durch z.B. eine Wanderwoche Skilehrgang; Wandertag (bei entsprechender Akzentuierung) zu ersetzen)		
BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/Wintersport	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c - Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche Kerne: • Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Handlungssteuerung [c]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich in komplexen Anforderungssituationen unter Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen [10 BWK 8.1] • gerätespezifische, technisch-koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetisch, gestalterisch, spielerisch oder wettkampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren [10 BWK 8.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3] MK • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] • Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2] • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1] UK • den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]	

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

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Beherrschen des eigenen Rades im öffentlichen Raum	- Sicher auf dem Rad in vielfältigen Situationen - Gefahren und Grenzen - Belastungsanforderungen - Regelvereinbarung	Reflektierte Praxis: - individuelle Verbesserung der Radfahrkompetenz - Partner-/Gruppenarbeit mit dem Ziel die eigene Sicherheit auf dem Fahrrad zu erhöhen Fachbegriffe: - Straßenverkehrsregeln - Radfahrregeln in der Gruppe	unterrichtsbegleitend: - Verbesserung des Beherrschens des Rades - Umsetzen der Vereinbarungen punktuell: - Individuelles Geschicklichkeitsturnier - (abgesteckte Strecken mit engen Kurven etc. fahren)

2.1.6 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 9

Nummer- ierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ Wir halten uns fit und gesund “ – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern	1.6	12
UV 2	„ Ultimate Frisbee “ - das Spiel mit der fliegenden Scheibe. Je mehr Drall desto stabiler die Scheibe – Griffe und Würfe	7.7	10
UV 3	Judo oder Selbstverteidigung – Fallen und Werfen in fairem Miteinander/Wettkampf und Selbstvertrauen	9.2	12
UV 4	„ Ich und mein Ball “ – tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik am Beispiel BallKoRobics nutzen	6.5	8
UV 5	„ Leistung ist relativ “- Einen leichtathletischen Wettkampf unter Berücksichtigung individueller und absoluter Bezugsnormen durchführen	9.2	18
UV 6	Körper und Gesundheit – Erste-Hilfe-Ausbildung	-	2
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			80 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			62 UE
Freiraum:			18 UE

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 1.6
Thema des UV: „ <i>Wir halten uns fit und gesund</i> “ - ausdauerndes Laufen systematisch verbessern		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen		Inhaltsfelder: d - Leistung f - Gesundheit
Inhaltliche Kerne: • Aerobe Ausdauerfähigkeit	Inhaltliche Schwerpunkte: • Trainingsplanung und Organisation [d] • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 30 min, Schwimmen 20 min, Aerobic 30 min, Radfahren 60 min) in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen [10 BWK 1.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2] • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1] MK • einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1] • sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2] UK • die Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- individuelle anaerobe/ aerobe Belastungen wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen - Formen des Ausdauertrainings erproben und für das eigene Training nutzen - Erarbeitung von Trainingsprinzipien zur Verbesserung der aeroben Ausdauerfähigkeit	- Durchführung und Reflektion von Trainingsmethoden (z.B. Intervallmethode, Dauermethode) - Evtl.: Sein eigenes Training protokollieren - ein Trainingsprotokoll führen - Evtl.: Reflektion des Leistungsfortschritts z.B. mit dem Coopertest - am Anfang und Ende der Reihe - Messung und Reflektion von Ruhepuls, Ausgangspuls, Belastungspuls und Erholungspuls	Reflektierte Praxis: - Runden-, Streckenläufe - Zeitläufe - Staffelläufe (z.B.: 1-2-3-4-5 - Rundenstaffeln) - Langzeitausdauerleistungen (Laufen) Fachbegriffe: - Training: Trainingsprinzipien, -wirkungen, Trainingsmethoden (intensive vs. extensive Intervall- vs. intensive/extensive Dauermethode) - Leistung (Leistungsfähigkeit, -entwicklung, -verständnis) - Merkmale körperlicher Reaktionen bei ausdauerndem Laufen (evtl.: anaerob - aerobe Energiebereitstellung, evtl. Faktoren für max. Sauerstoffaufnahmekapazität (Kapillarisation, Herzgröße, etc.)	unterrichtsbegleitend: - eine nicht normierte MZAI (bis 30 min) erbringen - Referate (Faktoren der Ausdauerfähigkeit, Ernährung, Trainingsprinzipien, Trainingsmethoden) - Engagement, Anstrengungsbereitschaft, Motivation beim Trainieren - Durchhaltevermögen - Beiträge im Unterricht - Qualität der Rückmeldung - Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen - Kooperation Punktuell: - eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 30 min)

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 7.7
Thema des UV: „Ultimate Frisbee“ - das Spiel mit der fliegenden Scheibe. Je mehr Drall desto stabiler die Scheibe – Griffe und Würfe		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: d - Leistung e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten	Inhaltliche Schwerpunkte: • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • ein Endzonenspiel (z.B. Ultimate Frisbee, Rugby, Flag-Football) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen [10 BWK 7.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] UK • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Erlernen der Grundtechniken - Anwendung der Techniken in Spielsituationen - einfache Taktik - Erlangen eines grundlegenden Regel- und Spielverständnisses	- Stationslernen: Kombination aus Technikerlernen und Technikverbesserung sowie regelgerechtem Spiel - Beobachtungsbögen zur Spielbeobachtung	Reflektierte Praxis: - zu vermittelnde Techniken in vielen spielerischen Situationen üben und festigen - Übungsformen zum Passen und Fangen Fachbegriffe: - Fairplay und Wettkampf - Regeln (Personal, Raum, Inventar, Handlungen) - taktisches Spielverständnis	unterrichtsbegleitend: - Sozialverhalten - Anstrengungsbereitschaft punktuell: - Überprüfung der Einzeltechniken in isolierten Situationen - Überprüfung einfacher Spielfähigkeit unter besonderer Berücksichtigung von Kriterien - Einhaltung der Regeln Kriterien: - Einsatz, Anwendung der Techniken im Spiel - Kommunikation - Schiedsrichterleistung

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 9.2
Thema des UV: Judo oder Selbstverteidigung – Fallen und Werfen in fairem Miteinander/Wettkampf und Selbstvertrauen		
BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport		Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Kämpfen mit- und gegeneinander	Inhaltliche Schwerpunkte: • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c] • Handlungssteuerung [c] • Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Haltegriffe und Befreiungen, Falltechniken) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z.B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden [10 BWK 9.1] • in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangemessen, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfvverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] • unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1] • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3] MK • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1] • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3] UK • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Sich an die Stärken und Schwächen des Partners anpassen - Regeln und Rituale erarbeiten und einhalten - Fall- und Wurftechniken erarbeiten und Schulen - Selbstverteidigungstechniken erlernen und anwenden - Sich selbst einschätzen, mit Angst, Sieg und Niederlage emotional umgehen lernen	- Zweikämpfe aus verschiedenen Positionen (z. B. Boden-, Knie-, Bankstellung) - Kennenlernen der Grundtechniken wie z. B. Armzug, Beinangriff, Abrollen seitlich, vw, rw - Erarbeiten und Erproben von Techniken und Verhaltensweisen der Selbstverteidigung - Selbst- und Fremdbeobachtung hinsichtlich der Einhaltung von Regeln	Reflektierte Praxis: - Regeln und Rituale beim Judo bzw. bei der Selbstverteidigung - Sicheres Fallen – Falltechniken - Selbstverteidigung mit Sicherheitsregeln (Markieren) - Fremd- und Selbstbeobachtung Fachbegriffe: - Bezeichnungen der Fall- und Wurftechniken (Judo)	unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Regelentwicklung und -einhaltung - Umsetzung der Techniken, die erarbeitet werden - Kooperation und Faires Miteinander im Gegeneinander punktuell: - Demonstration eines Judokampfes/einer Selbstverteidigungssituation mit Anwendung und Einhaltung der erarbeiteten Regeln

Jahgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 6.5
Thema des UV: „Ich und mein Ball“ – tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik am Beispiel BallKoRobics nutzen		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste		Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage)	Inhaltliche Schwerpunkte: - Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b] - Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine selbstständig um- und neugestaltete künstlerische Bewegungskomposition aus einem ausgewählten Bereich (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage) allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] - das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2] - Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK - einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] - kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3] - Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] - unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen - allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1] UK - die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Beginn mit einer ballorientierten Rhythmusschulung - Lehrkraftorientierte Vermittlung der Tanzschritte - Eigene Ballkorobics Schritte werden erarbeitet - Sprungvarianten - Erarbeiten einer Sprungabfolge mit dem Ziel der Ausdauerschulung unter besonderer Berücksichtigung von Raumformationen	- Von der Rhythmusschulung zu den Tanzschritten passend zur Musik - Erarbeitung eigener Schritte in der Gruppe - Erlernen gängiger Aerobicsschritte (Step touch; V Step, Leg Curl, Double Step, Jumping Jack) - Bewegungskombinationen Ball, Beine und Arme	Reflektierte Praxis: - Kriteriengeleitet Feedback geben - Eigene Jumps entwickeln und bewerten Fachbegriffe: - Zählzeiten - Ballbewegungen: werfen, kreisen, prellen - Gestaltungskriterien: Raum, Zeit, Form und Dynamik	unterrichtsbegleitend: - Frustrationstoleranz, Durchhaltevermögen - Beherrschen der Grundschrte im Aerobic - Engagement, Anstrengungsbereitschaft - Kooperationsfähigkeit - Sachgerechter Umgang mit dem Material punktuell: - Kleingruppengestaltung der erarbeiteten BallKorobicsabfolge (Bewertungskriterien Synchronität und Bewegungsfluss; Raum und Zeit)

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 18	Nummer des UVs im BF/SB: 3.6
Thema des UV: „Leistung ist relativ“ - Einen leichtathletischen Wettkampf unter Berücksichtigung individueller und absoluter Bezugsnormen durchführen		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: d - Leistung e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) • Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe	Inhaltliche Schwerpunkte: • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Trainingsplanung und Organisation [d] • Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • einen leichtathletischen Wettbewerb einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen [10 BWK 3.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2] • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] MK • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] • einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1] UK • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Durchführung und Reflektion eines klassischen Wettkampfes • Möglichkeiten relativer Leistungsmessung entwickeln bzw. alternativen Wettkampf organisieren können	- Wurf-, Lauf- oder Sprungübungen - Klassischer Leichtathletikwettkampf - Gemeinsame Entwicklung und Durchführung relativer Leistungsmessungen - Selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) - Wettkampfstätten sachgerecht herrichten	Reflektierte Praxis: - Klassische- / individualisierte Wettkämpfe Leistungen relativ: • z.B.: Hochsprung relativ zur Körpergröße / zum Körpergewicht - z.B. Kugelstoßen: Gewicht der Kugel abhängig vom Körpergewicht Evtl.: Leistungskriterien verändern: z.B. Zielwerfen statt Weitwurf - z.B. Zeitschätzläufe Fachbegriffe: - • Training (Trainingsprinzipien, -wirkungen), Leistung (Leistungsfähigkeit, -steigerung, -verständnis) - • Bewegung (Bewegungsphasen, -merkmale)	Unterrichtsbegleitend - Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben der Disziplin - Beteiligung am Unterricht, Beiträge - Qualität der Rückmeldungen - Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen - Kooperation / Qualität der Rückmeldungen punktuell: - Messungen der absoluten und relativen Leistungen - Mündliche Beiträge / Vorträge

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 2	Erste Hilfe
Thema des UV: Körper und Gesundheit – Erste-Hilfe-Ausbildung		
Gesundheitserziehung, Erste Hilfe Reanimationstraining		Inhaltsfelder: f - Gesundheit

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln - Im Sinne einer verbesserten Handlungsfähigkeit bei Verletzungen und Unfällen im Sport sowie im Alltag werden die grundlegenden Maßnahmen der „Ersten Hilfe“ vermittelt und durchgeführt - Im Fokus stehen die elementaren Handlungsschritte beim Vorfinden einer verletzten Person: - o Überprüfung des Bewusstseins - o Stabile Seitenlage - o Überprüfung der Atmung - o Absetzen des Notrufs - o Herz-Lungen-Wiederbelebung	- Vermittlung der lebenserhaltenden Maßnahmen in Zusammenarbeit mit dem Differenzierungskurs „Biologie Sport – Körper und Gesundheit“ - Die wesentlichen Maßnahmen nach dem Eintreffen am Unfallort werden in einem Kurzvortrag vermittelt und demonstriert - Nach einer informativen Einführung wenden die Schüler die Maßnahmen in Kleingruppen an (Dummies werden dafür bereitgestellt) - Der Fachlehrer sowie die ausgebildeten Schüler des Differenzierungskurses übernehmen die Überprüfung der korrekten Durchführung der lebensrettenden Maßnahmen	Reflektierte Praxis: - Förderung des Sicherheitsbewusstseins - Rechtzeitige und sachgerechte Hilfe Unfallverletzter durch zweckmäßiges Handeln unmittelbar nach dem Unfall – bis zum Beginn der ärztlichen Versorgung - Elementare Vermittlung von Wissen zur Erstversorgung von Verletzten, der Rettungskette sowie Erste-Hilfe-Maßnahmen - Hinweis/Verweis auf den Schulsanitätsdienst	unterrichtsbegleitend: - Kooperationsfähigkeit - Engagement - Teamfähigkeit - Mitarbeit PA und GA: reflexive Phasen - Korrekte Durchführung der Herz-Lungen-Wiederbelebung

2.1.7 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 10

Nummer- ierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ <i>Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten</i> “ – durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten	1.7	9
UV 2	„ Fünfkampf “ – einen alternativen Wettkampf in verschiedenen Disziplinen unter Berücksichtigung einer Ausdauerbelastung planen, durchführen und auswerten	3.7	18
UV 3	Volleyball – Koordination ! Koordination? Koordination ;-)	7.8	18
UV 4	Bewegungskombinationen an Stufenbarren und Barren im Hinblick auf eine Kür gestalten – turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren	5.6	21
UV 5	„ Spring dich fit “ – tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik am Beispiel Rope Skipping nutzen	6.6	18
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			120 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			84 UE
Freiraum:			36 UE

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 9	Nummer des UVs im BF/SB: 1.7
Thema des UV: „ <i>Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten</i> “ – durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Inhaltsfelder: f - Gesundheit a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche Kerne: • Allgemeines und spezielles Aufwärmen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] • Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f] • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich funktional und wahrnehmungsorientiert - allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen [10 BWK 1.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2] • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2] MK • Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2] • die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1] UK • den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Allgemeines Aufwärmen - Grundlegende funktionsgymnastische Übungen - biologische Informationen - sportartspezifisches Aufwärmen	- Erproben unterschiedlicher Aufwärmübungen - Aufwärmen allein und in der Gruppe	Reflektierte Praxis: - verschiedene Formen des Laufens und Dehnens - Grundregeln des Aufwärmens am Beispiel verschiedener Sportarten Fachbegriffe: - Allgemeines / spezielles Aufwärmen - Prinzipien des Aufwärmens - Vom Groben zum Feinen - Vom Allgemeinen zum Speziellen Lauf-ABC - Herzkreislaufsystem - Muskulatur - Stretching /Dehnungsübungen	unterrichtsbegleitend: Aufwärmprogramm planen, durchführen und auswerten punktuell: Präsentation eines Aufwärmprogramms

Jahgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 18	Nummer des UVs im BF/SB: 3.7
Thema des UV: „Fünfkampf“ – einen alternativen Wettkampf in verschiedenen Disziplinen unter Berücksichtigung einer Ausdauerbelastung planen, durchführen und auswerten		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: d - Leistung f - Gesundheit
Inhaltliche Kerne: • Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe • Grundlegendes leichtathletisches Bewegen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Leistungsverständnis im Sport [d] • Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen [10 BWK 3.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2] • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1] • grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1] MK • Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2] UK • gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen [10 UK f1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampfregeln in den genannten Disziplinen - Eigenverantwortliches und selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) - Individuelle Vorbereitung auf eine Wettkampfleistung (z.B. Aufwärmen, Anlaufstrecke individuell festlegen) - Wettkampfstätten wettkampfgerecht herrichten - individuelle anaerobe/ aerobe Belastungen wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen - Formen des Ausdauertrainings erproben und für das eigene Training nutzen - Erarbeitung von Trainingsprinzipien zur Verbesserung der aeroben Ausdauerfähigkeit	- Grundlegende Wettkampfregeln zu den genannten Disziplinen • Wettkampfstätten wettkampfgerecht herrichten - Durchführung und Reflektion von Trainingsmethoden (z.B. Intervallmethode, Dauermethode) - Evtl.: Sein eigenes Training protokollieren - ein Trainingsprotokoll führen - Messung und Reflektion von Ruhepuls, Ausgangspuls, Belastungspuls und Erholungspuls	Reflektierte Praxis: - z.B.: Runden-, Streckenläufe, Zeitläufe, Staffelläufe, Langzeitausdauerleistungen Fachbegriffe: - Training: Trainingsprinzipien, -wirkungen, Trainingsmethoden (intensive vs. extensive Intervall- vs. intensive/extensive Dauermethode) - Leistung (Leistungsfähigkeit, -entwicklung, -verständnis) - Merkmale körperlicher Reaktionen bei ausdauerndem Laufen (evtl.: anaerob - aerobe Energiebereitstellung, evtl. Faktoren für max. Sauerstoffaufnahmekapazität (Kapillarisation, Herzgröße, etc.)	unterrichtsbegleitend: - angemessenes Trainings- und Wettkampfvverhalten (z.B. beim Aufwärmen) zeigen - Anstrengungsbereitschaft, Willensstärke und Motivation zeigen - Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen punktuell punktuell: - Fünfkampf unter den erarbeiteten Kriterien - Evtl. Referate (Faktoren der Ausdauerleistungsfähigkeit, Trainingsmethoden, Ernährung.)

Jahrgangstufe: 10	Dauer des UV: 18	Nummer des UVs im BF/SB: 7.8
Thema des UV: Volleyball – Koordination! Koordination? Koordination ;-)		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: d - Leistung e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)	Inhaltliche Schwerpunkte: - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] - Trainingsplanung und Organisation [d] - Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2] - eine Sportspielvariante (z.B. Floorball) o. ein alternatives Mannschafts-/Partnerspiel (z.B. Tchoukball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven u. technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht u. situativ angemessen spielen (10 BWK 7.4)	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3] - Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampferhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] - Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK - einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1] - in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3] UK - das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Anwendung der Techniken in Spielsituationen - „Aushelfen“ lernen - einfache Taktik - funktionelles Aufwärmen kennen und durchführen können	- Weg vom Stehen – hin zur Bewegung – Übungsaufgaben mit viel Bewegung - unterschiedliche Körpergröße – unterschiedliche Netzhöhe - Stationenlernen: Kombination aus Technikerlernen- und Technikverbesserung SOWIE regelrechtem Spiel - Schiedsrichten lernen für jeden - Beobachtungsbögen zur Spielbeobachtung	Reflektierte Praxis: - Bewältigung schwieriger Situationen mit den Grundtechniken Baggern und Pritschen - Funktionelles Aufwärmen Fachbegriffe: - Baggern; Pritschen; Angriffsschlag - Aufschlag von unten und oben - Rotation - Stellen über die Position	unterrichtsbegleitend: - Einhalten der Übungsaufgaben - Grad der Anstrengung und Wiederholungen - sachgerechter Umgang mit den Gerätschaften - Mithilfe bei Auf- und Abbau - Unterrichtsdienliches Verhalten punktuell: - Überprüfung von Einzeltechniken in einfachen Spielsituationen: z.B. für Baggern, Pritschen, Aufschlag, usw. - Überprüfung einfacher Spielfähigkeit

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 21	Nummer des UVs im BF/SB: 5.6
Thema des UV: Bewegungskombinationen an Stufenbarren und Barren im Hinblick auf eine Kür gestalten – turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d - Leistung
Inhaltliche Kerne: • Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [10 BWK 5.1] • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] • koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3] MK • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] • sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2] UK • den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Phasierung ausgewählter Elemente - Auf- und Abbau Barren und Stufenbarren - Übungen zum Aufbau und dem Erhalt von Körperspannung - Sicherheitsbelehrung - Helfen und Sichern	- Lernaufgabe: Erproben und Beherrschen einzelner Turnelemente - den Übungsbetrieb richtig organisieren und durchführen unter Beachtung grundlegender Sicherheitsvorgaben im SU - richtiges Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit sowie der der Mitschüler auch mit Hilfe analoger und digitaler Medien - Schüler-Schülerbewertung	Reflektierte Praxis: - Sicherheitsrelevanz von Sicherheits- und Hilfestellung - Relevanz von Bewegungsgenauigkeit und Bewegungskontrolle - Grundlagen der Bewegungsanalyse - Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse Fachbegriffe: - Hilfestellung vs. Sicherheitsstellung - Körperspannung - Bewegungsphasen - Umkehrpunkt	unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft im Übungsbetrieb - Hilfsbereitschaft - Übernahme von Verantwortung für die eigene Bewegung und die der Mitschüler, Teamgedanke im Übungsbetrieb punktuell: - Bewegungskontrolle der Einzelelemente differenziert nach dem Schwierigkeitsgrad - Schüler-Schülerbewertung

Gegenstände:

- Unterschiedliche turnerische Elemente am **Stufenbarren**: Stütz, Aufschwung, Umschwung vorwärts rückwärts, verbindende Elemente am unteren und oberen Holm
- Unterschiedliche turnerische Elemente am **Barren**: Stütz + Schwingen, Grätschsitz, Kehre/Wende + ½ Drehung, Rolle vorwärts (evtl. Oberarmstand) halbe Drehung am Barren

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 18	Nummer des UVs im BF/SB: 6.6
Thema des UV: „Spring dich fit“ – tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik am Beispiel Rope Skipping nutzen		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste		Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung f - Gesundheit
Inhaltliche Kerne: Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung	Inhaltliche Schwerpunkte: - Variation von Bewegung [b] - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (Ball, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] - das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2] - Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1] MK - unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen - allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1] - kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3] - Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2] UK - die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
- Rope Skipping - richtiges Aufwärmen vor dem Springen - Grundsprungtechnik - Sprungvarianten - Erarbeiten einer Sprungabfolge mit dem Ziel der Ausdauerschulung unter besonderer Berücksichtigung von Raumformationen	- Materialien kennen lernen und experimentell erproben - Sprungfolgen in Kleingruppen erarbeiten und üben - Ruhe- und Belastungspuls messen - Sprungfolgen präsentieren	Reflektierte Praxis: - Kriteriengeleitet Feedback geben - Eigene Jumps entwickeln und bewerten Fachbegriffe: - Speed Rope: Grundsprung, Slalom, Bell, Side Straddle, Cris Cross, Double under - Gestaltungskriterien: Raum, Zeit - Partnerarbeit - Ruhepuls, Belastungspuls, Erholung - funktionelles Aufwärmen	unterrichtsbegleitend: - Frustrationstoleranz, Durchhaltevermögen - Beherrschen der Grundsprünge - Engagement, Anstrengungsbereitschaft - Kooperationsfähigkeit - Sachgerechter Umgang mit dem Material punktuell: - Kleingruppengestaltung der erarbeiteten Sprungabfolge (Bewertungskriterien Synchronität und Bewegungsfluss; Raum und Zeit)

2.1.8 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Bewegungsfeldern

BF/SB 1 – Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten entwickeln

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Min.)
1.1	„ Ausdauer macht Spaß! “ – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben	5	12
1.2	„ Fit und leistungsstark “ – In einer selbst gewählten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung der Reaktionen des eigenen Körpers ausdauernd schwimmen können	6	8
1.3	„ Vorbereitung mit Plan “ – Kennen lernen der grundlegenden Bestandteile von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen als gezielte Maßnahme zur Verletzungsprophylaxe	6	6
1.4	„ Im Gleichgewicht sein “ – Balancieren und Bewegungen koordinieren können	6	4
Ende Erprobungsstufe			
1.5	Gesundes Kräftigen mit eigenem Körpergewicht – z.B. ein Zirkeltraining planen und durchführen	8	12
1.6	„ Wir halten uns fit und gesund “ – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern	9	12
1.7	„ Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten “ – durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten	10	9
Ende Sekundarstufe I			63 UE

BF/SB 2 - Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Min.)
2.1	„ Gemeinsam und kooperativ “ – Unterschiedliche Spiele und Spielideen unter besonderer Berücksichtigung der gruppenübergreifenden Kooperation durchführen	5	8
2.2	„ Spiele fürs Köpfchen “ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („Games for brains“) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit erproben	5	4
2.3	„ Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß? “ – Verschiedene Spiele und Spielideen kennen lernen, kriterienorientiert variieren und deren Regeln dokumentieren	6	6
2.4	„ Wir entwickeln ein neues Spiel “ – Ein eigenes Spiel ausgehend von bekannten Spielideen und vereinfachten Regelstrukturen entwickeln und hinsichtlich ausgewählter Aspekte bewerten	6	14
Ende Erprobungsstufe			
2.5	„ Spielend lernen “ – Spiele mit konditionellen, koordinativen und kognitiven Anforderungen spielen, variieren und eigenständig weiterentwickeln	7	6
2.6	„ So spielt man anderswo “ – Spiele aus anderen Kulturen (z.B. Flagfootball, Ultimate Frisbee, Korbball)	8	15
Ende Sekundarstufe I			53 UE

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

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
3.1	„ Rennen, Hüpfen, Werfen “ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren	5	12
3.2	„ Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf “ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben	5	12
3.3	„ Abgerechnet wird zum Schluss “ – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch	6	12
Ende Erprobungsstufe			
3.4	„ Projekt Sportabzeichen “ – Wir trainieren für einen leichtathletischen Mehrkampf mit dem Ziel der erfolgreichen Durchführung des Sportabzeichens	7	15
3.5	„ Das habe ich noch nie gemacht! “ – Hochsprung, Kugelstoß oder Hürdenlauf als neue Herausforderung mit Unterstützung digitaler Medien annehmen	8	18
3.6	„ Leistung ist relativ “ - Einen leichtathletischen Wettkampf unter Berücksichtigung individueller und absoluter Bezugsnormen durchführen	9	18
3.7	„ Fünfkampf “ – einen alternativen Wettkampf in verschiedenen Disziplinen unter Berücksichtigung einer Ausdauerbelastung planen, durchführen und auswerten	10	18
Ende Sekundarstufe I			93 UE

BF/SB 4 – Bewegen im Wasser - Schwimmen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
4.1	„ Qualle, Delphin, Wal und Flusspferd “ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen	6	7
4.2	„ Daumen – Greifen – Ziehen – Drücken! Und Drehen! Und Atmen! “ – Beim Erlernen des Kraulschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen	6	14
4.3	„ Wasserspringen ohne Angst und Übermut! “ – Beim vielfältigen Springen mit Angst umgehen und seine Grenzen ausloten	6	5
Ende Erprobungsstufe			
4.4	Mit Starts und Wenden in allen vier Stilarten sicher und schnell schwimmen können.	7	20
4.5	Schwimme so schnell du kannst – Sprints und Staffeln als Vorbereitung eines Wettkampfes (zweier Klassen) erlernen.	7	10
Ende Sekundarstufe I			56 UE

BF/SB 5 – Bewegen an Geräten - Turnen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
5.1	Elementare Bewegung im Bodenturnen erlernen und gestalten	5	12
5.2	Kennenlernen elementarer Bewegungen an Geräten – Sprung und Reck (optional auch am Barren)	6	14
5.3	„Spannungsgeladene Ninja Warriors“ – Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Geräte- und Abenteuerstationen und -parcours nutzen	6	6
Ende Erprobungsstufe			
5.4	Akrobatische Kunststücke in einer Gruppe gestalten – eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren	7	18
5.5	„Parcours oder Ninja Warrior“ – Normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen erfahren	8	18
5.6	Bewegungskombinationen an Reck, Stufenbarren und Barren im Hinblick auf eine Kür gestalten – turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren	10	21
Ende Sekundarstufe I			89 UE

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

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
6.1	Chinese Jump Rope – Vom Grundsprung zur Gruppenchoreographie	5	9
6.2	„ Cool moves zu aktuellen Hits “ – Vor dem Hintergrund der gemeinsamen Basischoreografie (Refrain) die einzelnen Liedstrophen in Gruppen selbst gestalten	6	12
Ende Erprobungsstufe			
6.3	Ästhetisch-gestalterische Präsentation am Beispiel Jumpstyle	7	12
6.4	„ Step up, step down “ – eine in Gruppen erarbeitete Choreographie im Step-Aerobic präsentieren und bewerten	8	15
6.5	„ Ich und mein Ball “ – tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik am Beispiel BallKoRobics nutzen	9	8
6.6	„ Spring dich fit “ – tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik am Beispiel Rope Skipping nutzen	10	18
Ende Sekundarstufe I			74 UE

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

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Min.)
7.1	„ Der Ball ist mein Freund “ – Sportspielübergreifende Basiskompetenzen aus der Heidelberger Ballschule in vielfältigen Spiel- und Übungsformen unter Berücksichtigung der individuellen Bewegungsqualität vertiefen	5	12
7.2	„ Spiele nach Regeln und mit Verstand “ – Sich in sportspielgerichteten Spielformen regelgerecht und mannschaftsdienlich verhalten und taktisch angemessen agieren	5	12
7.3	„ Erste Schritte im Badminton “ – Einfache Spielsituationen durch taktisch angemessenes und regelgerechtes Verhalten bewältigen	6	12
Ende Erprobungsstufe			
7.4	„ Vom Ball über die Schnur zum Volleyspielen “ – die Spielidee des Volleyspielens kennenlernen	7	12
7.5	Grundlagen für Ballspiele vielfältig kennenlernen – Grundfertigkeiten vertiefen - Badminton	7	12
7.6	„ Volleyball spielen “ – Grundlagen schaffen für das Spiel über das Netz auf Kleinfeldern	8	15
7.7	Ultimate Frisbee “ - das Spiel mit der fliegenden Scheibe. Je mehr Drall desto stabiler die Scheibe – Griffe und Würfe	9	10
7.8	Volleyball – Koordination! Koordination? Koordination ;-)	10	18
Ende Sekundarstufe I			103 UE

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

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
8.1	„Slide durch die Sporthalle“ – Mit Teppichfliesen oder Rollbrettern gleiten und rutschen	6	6
Ende Erprobungsstufe			
8.2	„ <i>Sicher auf Radtour/Skatetour</i> “ – (alternativ durch z.B. eine Wanderwoche Skilehrgang; Wandertag Radtour (bei entsprechender Akzentuierung) zu ersetzen)	8	8
Ende Sekundarstufe I			14 UE

BF/SB 9 – Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
9.1	„Vielfältig und fair“ – Allein und in Gruppen um Räume, Gegenstände und Ausgangssituationen regelgerecht kämpfen	5	6
Ende Erprobungsstufe			
9.2	Judo oder Selbstverteidigung – Fallen und Werfen in fairem Miteinander/Wettkampf und Selbstvertrauen	9	12
Ende Sekundarstufe I			18 UE

2.2 Grundsätze der fachdidaktischen und fachmethodischen Arbeit

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich einer Grundhaltung, die von Freundlichkeit, Respekt und gegenseitiger Wertschätzung aller Beteiligten geprägt ist.

Unsere Schule und so auch die Fachkonferenz Sport bekennen sich zu den Kriterien einer guten Schule und guten Unterrichts, wie sie im Referenzrahmen für Schulqualität entfaltet werden. Dabei sind insbesondere die Qualitätsaussagen im Inhaltsbereich *Lehren und Lernen* für die Gestaltung des Unterrichts in allen Fächern unserer Schule leitend.

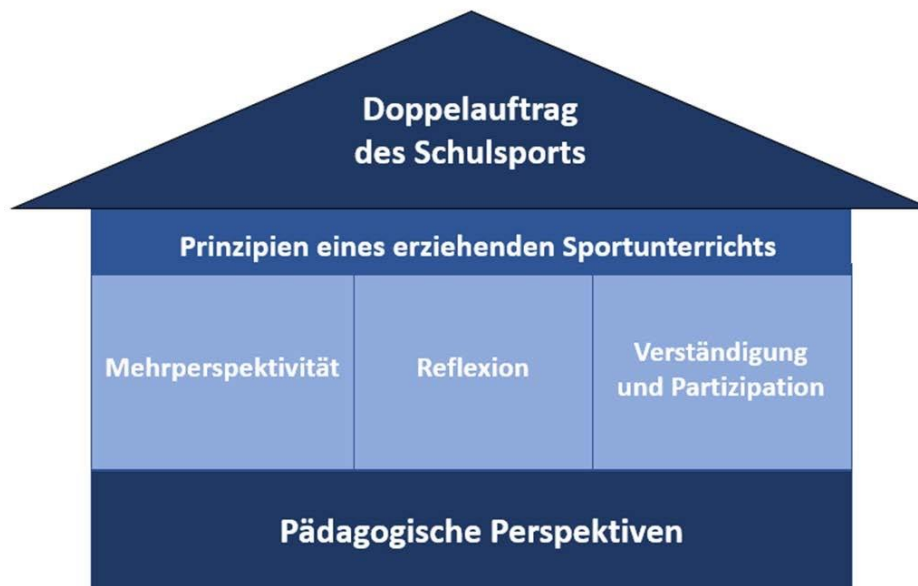
Um diesen Ansprüchen auch im Sportunterricht gerecht werden zu können, orientieren wir uns an den formulierten Merkmalen kompetenzorientierten Unterrichts:

- Stärkenorientierung, Individualisierung, Selbststeuerung und Problemorientierung

Sportunterricht hat das Ziel, eine umfassende Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport systematisch zu entwickeln und zu fördern. Die vor diesem Hintergrund im Kernlehrplan beschriebenen Kompetenzerwartungen stellen die beobachtbaren fachlichen Anforderungen und überprüfbaren Lernergebnisse dar, die im Sportunterricht unserer Schule vollständig und umfassend angebahnt und entwickelt werden.

Pädagogisch leitend ist für die Fachkonferenz dabei der in den Rahmenvorgaben für den Schulsport formulierte **Doppelauftrag für den Schulsport**: Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport und Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur.

Auf Basis der pädagogischen Perspektiven folgen wir somit den Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts.



Unter den sechs Pädagogischen Perspektiven thematisieren wir in unserem Sportunterricht unterschiedliche Sinngebungen sportlicher Aktivitäten und bieten unseren Schülerinnen und Schülern in unserem Sportunterricht somit vielfältige Möglichkeiten.

Die Fachkonferenz Sport hat sich im Sinne der Qualitätsentwicklung und -sicherung dazu entschieden, gemeinsam erarbeitete grundlegende didaktische und methodische Entscheidungen sowie die Vereinbarungen zur Leistungsbewertung zu jedem Unterrichtsvorhaben auf den Rückseiten der UV-Karten darzustellen.

2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

Die Fachkonferenz hat im Einklang mit dem entsprechenden schulbezogenen Konzept die nachfolgenden Grundsätze zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen:

Unsere Fachkonferenz Sport vereinbart ihr **Konzept zur Leistungsbewertung** auf der Grundlage des KLP-Sport für die Sekundarstufe I und konkretisiert Anforderungen und Kriterien in den gemeinsam geplanten UV der einzelnen Jahrgangsstufen. Damit schaffen wir innerhalb der gegebenen Freiräume sowohl eine Transparenz der Bewertung wie auch eine Vergleichbarkeit der Anforderungen.

Die Leistungsbeurteilung orientiert sich dabei am spezifischen Lernvermögen unserer Schülerinnen und Schülern und an den im Lehrplan ausgewiesenen Kompetenzerwartungen mit den jeweils beschriebenen Zielsetzungen eines Unterrichtsvorhabens (UV-Kartenvorderseite). Neben den punktuellen Leistungen am Ende eines UVs berücksichtigen wir insbesondere auch die unterrichtsbegleitenden Prozesse und die dort gezeigten Leistungen (UV-Kartenrückseite).

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

Zu Beginn des Schuljahres machen wir unsere Schülerinnen und Schülern mit den Leistungsanforderungen des Sportunterrichts in der jeweiligen Jahrgangsstufe vertraut. Jede Sportlehrkraft schafft Transparenz, indem sie einen Überblick über die anstehenden Unterrichtsvorhaben gibt. In diesem Kontext legt sie auch die mit den einzelnen UV verknüpften Anforderungen sowie die allgemeinen Grundsätze der Leistungsbewertung offen.

Die Mitglieder der Fachkonferenz Sport verpflichten sich dementsprechend,

- die hier dargelegten Prinzipien der Leistungsbewertung umzusetzen,
- den Schülerinnen und Schülern die Kriterien zur Leistungsbewertung in jedem Unterrichtsvorhaben transparent zu machen und
- die individuelle Lernentwicklung unter Beachtung fachmethodischer Lernstrategien zu berücksichtigen.

I. Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen“:

Die von Schülerinnen und Schülern erbrachten Leistungen im Fach Sport der Sekundarstufe I werden dem Beurteilungsbereich *„Sonstige Leistungen im Unterricht“* zugeordnet. Dabei handelt es sich im Einzelnen um sportpraktisches Handeln sowie mündliche und schriftliche Beiträge, die hinsichtlich ihrer Qualität, Quantität und Kontinuität erfasst und beurteilt werden.

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

2.3.1 Bewertung unter Berücksichtigung aller Kompetenzbereiche

Der Sportunterricht in der Sekundarstufe I ist dem Unterrichtsprinzip der reflektierten Praxis verpflichtet. Deshalb ist der Bereich Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz jeweils Grundlage und Ausgangspunkt für die Entfaltung der Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz.

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

2.3.2 Bewertung vor dem Hintergrund sportbezogener Verhaltensdimensionen

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

- Die selbstständige Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen spielt im Sportunterricht eine bedeutsame Rolle. Leistungen in diesem Bereich berücksichtigen das sichere und umsichtige Herrichten von Spielflächen, den verantwortungsvollen Umgang mit Geräten, das Übernehmen von Aufgaben sowie auch die eigenständige Vorbereitung auf den Unterricht.
- Die individuelle Anstrengungsbereitschaft ist wichtig. Im Wesentlichen bezieht sie sich auf die Bereitschaft, im Unterricht engagiert und motiviert mitzuarbeiten sowie auch in Arbeits- und Übungsphasen intensiv, konzentriert und beständig mit den geforderten Aufgabenstellungen auseinanderzusetzen. Gelegentlich (z.B. beim ausdauernden Laufen) bedeutet Anstrengungsbereitschaft aber auch, selbstständig und eigenverantwortlich die eigene psycho-physische Leistungsfähigkeit kontinuierlich und vertieft auch außerhalb des Unterrichts zu verbessern und zu erhalten, um langfristig erfolgreich mitarbeiten zu können.

- Fairness, Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit zeigen sich im jeweiligen Unterrichtsvorhaben im fairen Umgang miteinander, in der Bereitschaft eigene, auch berechnete, Interessen zurückzustellen sowie in allen Gruppen und Mannschaften konstruktiv mitzuarbeiten und sich gegenseitig zu unterstützen. Diese beinhaltet auch das Vereinbaren und Einhalten von Regeln und das Verteilen und Einnehmen von Rollen.

II. Formen der Leistungsüberprüfung

In unserem Leistungskonzept ist eine Vielfalt von Möglichkeiten zur Leistungsüberprüfung vorgesehen. Alle Formen der Leistungsbewertung im Sportunterricht bieten zum einen den Schülerinnen und Schülern differenzierte individuelle Rückmeldungen über das Erreichen von Zielsetzungen und ermöglichen zum anderen den Lehrkräften, Konsequenzen für das weitere pädagogische Handeln im Unterricht abzuleiten.

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

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

- qualitativ bewertbaren sportpraktischen Bewegungshandlungen (z.B. Aufwärmen, Spielhandlungen, Turniere, Demonstration taktisch-kognitiver Fähigkeiten und technisch-koordinativer Fertigkeiten),
- qualitativ bewertbaren sportbezogenen Darstellungsleistungen (z.B. Präsentationen, Choreografien) und
- sportmotorischen Testverfahren zur Überprüfung quantitativ messbarer Leistungen (z.B. Fitness- und Ausdauer Tests) als auch auf **weitere**

Beiträge im Unterricht und hier besonders auf

- Beiträge zum Unterricht **in der reflektierten Praxis** (u.a. Qualität der Beiträge, Kontinuität der Beiträge, sachliche Richtigkeit, angemessene Verwendung der Fachsprache, Darstellungskompetenz, Komplexität/Grad der Abstraktion, Differenziertheit der Reflexion),
- zielgerichtetes und kooperatives Handeln in Übungs- und Spielsituationen,
- Formen des selbstständigen und eigenverantwortlichen Arbeitens und schließlich in einzelnen UV auf **Beiträge** z.B. in Form von: Lern- und Trainingstagebüchern, Portfolios (z.B. Dokumentation des eigenen Trainings), Visualisierungen sportfachlicher Überlegungen und Erkenntnisse (z.B. Tafelbilder), Referaten, Hausaufgaben, schriftlichen Übungen und Protokolle.

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

Bei den konkret ausgearbeiteten UV sind Anlagen zur Leistungsbewertung auf konkretisiertem Niveau (z.B. Leistungstabellen LA) angehängt. Die Fachschaft Sport unserer Schule nimmt

sich vor, die Konkretisierung der einzelnen UV im Verlaufe der nächsten Schuljahre immer weiter fortzuführen bzw. nach der Evaluation von den Kollegen jeweils jahrgangsstufenbezogen zu optimieren.

Außerunterrichtliche Leistungen im Schulsport – wie z. B. die Teilnahme Sport AGs oder an Schulsportwettkämpfen, die Ausbildung zur Sporthelferin oder zum Sporthelfer werden als Bemerkungen auf dem Zeugnis vermerkt. **Sie können jedoch nicht als Teil der Sportnote berücksichtigt werden.**

Der Erwerb von **Qualifikationsnachweisen zum Schwimmen** wird bei Anmeldung für J5 im Schülerstammblatt dokumentiert und gegebenenfalls nach dem Schwimmunterricht in J6/7 ergänzt.

2.4 Lehr- und Lernmittel

Für das Fach Sport sind keine verbindlichen Lehr- und Lernmittel vorgesehen. Bei der Durchführung der einzelnen Unterrichtsvorhaben werden die eingesetzten Arbeitsmaterialien (z.B. digitale und analoge Medien, Arbeitsblätter, Diagnose- und Beobachtungsbögen, Leistungstabellen) jeweils in einem eigenen Ordner der Fachkonferenz Sport in der Schulcloud hinterlegt. Ausgewählte Materialien stehen auch den Schülerinnen und Schülern direkt im digitalen Klassenordner für das Fach Sport zur Verfügung.

Unterstützende Materialien für Lehrkräfte sind zum Beispiel bei den konkretisierten Unterrichtsvorhaben im Lehrplannavigator NRW unter dem folgenden Link zu finden:

https://www.schulentwicklung.nrw.de/lehrplaene/front_content.php?idcat=4948

Darüber hinaus werden z.B. für die Erstellung von Referaten und Hausarbeiten weitere Materialien (Fach- und Schulbücher, Zeitschriften) in der Schulbibliothek bereitgestellt.

Die Fachkonferenz hat sich zu Beginn des Schulhalbjahres darüber hinaus auf die nachstehenden Hinweise geeinigt, die bei der Umsetzung des schulinternen Lehrplans ergänzend zur Umsetzung der Ziele des Medienkompetenzrahmens NRW eingesetzt werden können. Bei den Materialien handelt es sich nicht um fachspezifische Hinweise, sondern es werden zur Orientierung allgemeine Informationen zu grundlegenden Kompetenzerwartungen des Medienkompetenzrahmens NRW gegeben, die parallel oder vorbereitend zu den unterrichtsspezifischen Vorhaben eingebunden werden können:

2.4.1 Digitale Werkzeuge / digitales Arbeiten

Umgang mit Quellenanalysen:

<https://medienkompetenzrahmen.nrw/unterrichtsmaterialien/detail/informationen-aus-dem-netz-einstieg-in-die-quellenanalyse/> (Datum des letzten Zugriffs: 11.02.2024)

Erstellung von Erklärvideos:

<https://medienkompetenzrahmen.nrw/unterrichtsmaterialien/detail/erklavideos-im-unterricht/> (Datum des letzten Zugriffs: 11.02.2024)

Erstellung von Tonaufnahmen: <https://medienkompetenzrahmen.nrw/unterrichtsmaterialien/detail/das-mini-tonstudio-aufnehmen-schneiden-und-mischen-mit-audacity/> (Datum des letzten Zugriffs: 11.02.2024)

Kooperatives Schreiben: <https://zumpad.zum.de/> (Datum des letzten Zugriffs: 11.02.2024)

2.4.2 Rechtliche Grundlagen

Urheberrecht – Rechtliche Grundlagen und Open Content:

<https://medienkompetenzrahmen.nrw/unterrichtsmaterialien/detail/urheberrecht-rechtliche-grundlagen-und-open-content/> (Datum des letzten Zugriffs: 11.02.2024)

Creative Commons Lizenzen:

<https://medienkompetenzrahmen.nrw/unterrichtsmaterialien/detail/creative-commons-lizenzen-was-ist-cc/> (Datum des letzten Zugriffs: 11.02.2024)

Allgemeine Informationen Daten- und Informationssicherheit:

https://www.medienberatung.schulministerium.nrw.de/de/themen/datenschutz_1/datenschutz_und_informationssicherheit.html/ (Datum des letzten Zugriffs: 11.02.2024)

3 Entscheidungen zu fach- oder unterrichtsübergreifenden Fragen

Das Fach Sport ist ein Unterrichtsfach, das auf Grund seiner ihm eigenen Struktur der Sachinhalte zahlreiche Fachbereiche berücksichtigt: Sportpsychologie, Sportpädagogik, Sportbiologie, Sportsoziologie Sportmedizin u.v.m.

Die Fachschaft Sport unterstützt damit das Wahlpflichtangebot der JGS 9 und 10, in dem sie mit dem Fach Biologie und dem Schulsanitätsdienst kooperiert und ein Differenzierungskurs „Sport und Biologie“ anbietet.

Darüber hinaus bietet die Fachkonferenz in der Projektwoche fachübergreifende/fächerverbindende Projekte an.

4 Qualitätssicherung und Evaluation

Der schulinterne Lehrplan ist als „dynamisches Dokument“ zu sehen. Dementsprechend sind die dort getroffenen Absprachen stetig zu überprüfen, um ggf. Modifikationen vornehmen zu können. Die Fachschaft trägt durch diesen Prozess zur Qualitätsentwicklung und damit zur Qualitätssicherung des Faches bei.

Maßnahmen der fachlichen Qualitätssicherung:

Das Fachkollegium überprüft kontinuierlich, inwieweit die im schulinternen Lehrplan vereinbarten Maßnahmen zum Erreichen der im Kernlehrplan vorgegebenen Ziele geeignet sind. Dazu dienen beispielsweise auch der regelmäßige Austausch sowie die gemeinsame Konzeption von Unterrichtsmaterialien, welche hierdurch mehrfach erprobt und bezüglich ihrer Wirksamkeit beurteilt werden.

Kolleginnen und Kollegen der Fachschaft (ggf. auch die gesamte Fachschaft) nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil, um fachliches Wissen zu aktualisieren und pädagogische sowie didaktische Handlungsalternativen zu entwickeln. Zudem werden die Erkenntnisse und Materialien aus fachdidaktischen Fortbildungen und Implementationen zeitnah in der Fachgruppe vorgestellt und für alle verfügbar gemacht.

Feedback von Schülerinnen und Schülern wird als wichtige Informationsquelle zur Qualitätsentwicklung des Unterrichts angesehen. Sie sollen deshalb Gelegenheit bekommen, die Qualität des Unterrichts zu evaluieren. Dafür kann das Online-Angebot SEFU (Schülerinnen und Schüler als Expertinnen und Experten für Unterricht) genutzt werden (www.sefu-online.de, Datum des Zugriffs: 11.02.2024).

Überarbeitungs- und Planungsprozess:

Die Fachkonferenz evaluiert ihre Aufgaben und Ziele sowie die Leitidee des Schulsports und deren Verwirklichung im Abstand von vier Jahren und überprüft deren Übereinstimmung mit der Schulprogrammarbeit. Dazu überprüft sie, inwiefern die Aufgaben der Schule im Zusammenhang mit dem Sport stehen.

Die Fachkonferenz evaluiert die schulinternen Lehrpläne hinsichtlich ihrer Machbarkeit und nimmt ggf. Modifizierungen, Erweiterungen oder Korrekturen vor. Die Umsetzung der einzelnen konkretisierten Unterrichtsvorhaben wird dazu jeweils zum Ende des Schuljahres von den jeweiligen Fachlehrkräften auf der Grundlage der Jahresplanung (Partitur) hinsichtlich der Qualität und Durchführbarkeit jahrgangsstufenbezogen ausgewertet. In diesem Kontext werden auch die Notentabellen und Formen der Leistungsbewertung kritisch in den Blick genommen.

Die Fachkonferenz trifft Vereinbarungen über Transparenz und Offenlegung über alle den Schulsport betreffenden Aspekte (Implementationsmaterialien, Rechtliche Aspekte etc.) und vereinbart eine jährliche Aktualisierung.

Die Ergebnisse dienen der/dem Fachvorsitzenden zur Rückmeldung an die Schulleitung und u.a. an den/die Fortbildungsbeauftragte, außerdem sollen wesentliche Tagesordnungspunkte und Beschlussvorlagen der Fachkonferenz daraus abgeleitet werden.