



Schulinterner Lehrplan
zum Kernlehrplan für das Gymnasium
Sekundarstufe I, Eph, QphGK, QphLK

Sport

Stand: Mai 2015

Vorwort

Der aktuell vorliegende schulinterne Lehrplan stellt die erste Umsetzung des Kernlehrplans Sport für die Sekundarstufe I des Gymnasiums dar. Die Stundenangaben beziehen sich auf eine 60-Minuten-Rhythmisierung.

Eine Evaluation des Lehrplans und der UVs wird durch die Fachkonferenz erfolgen und zu notwendigen Anpassungen führen. Somit ist der vorliegende Plan nicht als endgültige Fassung zu verstehen, sondern bildet die Grundlage für einen dynamischen Entstehungsprozess.

Medebach, 11.03.2014

Inhaltsverzeichnis

1. Gesamtübersicht Obligatorik und Freiraum in der Sekundarstufe I
2. Zuordnung der Kompetenzerwartungen sowie der inhaltlichen Schwerpunkte zu den neun Bewegungsfeldern und Sportbereichen
3. Absprachen zur Nutzung des Freiraums
4. Leistung und ihre Bewertung
5. Curriculum für den zusätzlichen Sportunterricht der Sportklassen

Gesamtübersicht Obligatorik und Freiraum in der Sekundarstufe I (60-Minuten-Stunden!)

| Jgst. | 5 (1 u. 2. Hj. 3 Std.) | | 6 (1 Hj. 2 Std. 2. Hj. 3 Std.) | | 7 (1 u. 2. Hj. 2 Std.) | | 8 (1 u. 2. Hj. 2 Std.) | | 9 (1 u. 2. Hj. 2 Std.) | | |
|--------|---|---|---|---|--|---|---|--|--|--|--|
| U.-Wo. | | | | | | | | | | | |
| 1 | Den Körper wahrnehmen | Handball spielerisch erlernen | Laufen, Springen 3.3 (6 Std.) | | Bewegen im Wasser 4.4 (10 Std.) | | Den Körper wahrnehmen1.3 (5 Std.) | | Den Körper wahrnehmen 1.4 (8 Std.) | | |
| 2 | 1.1 (3 Std.) | | | | | | | | | | |
| 3 | Laufen, Springen 3.1 (5 Std.) | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | | |
| 5 | | | Das Spielen entdecken... 2.2 (4 Std.) | | | Das Spielen entdecken... 2.4 (8 Std.) | | Freiraum | | | |
| 6 | Gestalten, Tanzen, Darstellen 6.1 (7 Std.) | | Spielen in und mit Regelstrukturen - Handball | | Bewegen im Wasser 4.5 (4 Std.) | | | | | | |
| 7 | | | | | Bewegen im Wasser 4.6 (6 Std.) | | | | | | |
| 8 | | | | | | | Ringens u. Kämpfen 9.2 (10 Std.) | | Laufen, Springen 3.8 (10 Std.) | | |
| 9 | Das Spielen entdecken... 2.1 (6 Std.) | | Bewegen an Geräten 5.2 (8 Std.) | | | | | | | | |
| 10 | Gleiten, Fahren,.... 8.1 (6 Std.) | | | | Erlernen grundleg. Techniken im Volleyball | | | | Bewegen im Wasser - Schwimmen Rettungsschwimmen in Theorie und Praxis | | |
| 11 | | | | | | | | | | | |
| 12 | | | | | | | | | | | |
| 13 | Spielen in.... 7.1 (9 Std.) | Spielen in.... 7.2 (6 Std.) | | | | Spielen in und mit Regelstrukturen - Volleyball | | | | | |
| 14 | | | | Gestalten, Tanzen, Darstellen 6.3 (6 Std.) | | | | Bewegen an Geräten 5.5 (10 Std.) | | | |
| 15 | Bewegen an Geräten 5.1 (9 Std.) | Gestalten, Tanzen, Darstellen 6.2 (8 Std.) | | | | Laufen, Springen 3.6 (6 Std.) | | | | | |
| 16 | | | | Das Spielen entdecken... 2.3 (6 Std.) | | | | | | | |
| 17 | Handball spielerisch erl. | | | | | | | | | | |
| 18 | | | | | | | | | | | |
| 19 | | | | | | | | | | | |
| 20 | | | | | | | | | | | |
| 21 | Bewegen im Wasser 4.1 (6 Std.) | Freiraum | | Ringens u. Kämpfen 9.1 (8 Std.) | | Handball: Schlag- und Sprungwurf, Spielformen, Überzahl | | Spielen in.... 7.5 (8 Std.) | | Gestalten, Tanzen, Darstellen 6.4 (8 Std.) | |
| 22 | | | | | | | | | | | |
| 23 | | | | Freiraum | | | | | | | |
| 24 | | | | | | | | | | | |
| 25 | Bewegen im Wasser 4.2 (8 Std.) | | | Spielen in.... 7.3 (10 Std.) | | Bewegen an Geräten 5.3 (8 Std.) | | Freiraum | | Bewegen im Wasser - Schwimmen Rettungsschwimmen in Theorie und Praxis | |
| 26 | | | | | | | | | | | |
| 27 | | | | | | | | | | | |
| 28 | Bewegen im Wasser 4.3 (8 Std.) | | | | | | | Spielen in und mit Regelstrukturen - Fußball | | | |
| 29 | | | | | | | | Bewegen an Geräten 5.4 (8 Std.) | | Spielen in.... 7.7 (8 Std.) | |
| 30 | | | | | | | | | | | |
| 31 | | | | | | | | | | | |
| 32 | | | | | | | | | | | |
| 33 | | | | | | | | | | | |
| 34 | Spielen in und mit Regelstrukturen - Fußball | | | | | | | Spielen in.... 7.6 (8 Std.) | | Gleiten, Fahren,.... 8.2 (6 Std.) | |
| 35 | | | | | | | | | | | |
| 36 | | | | | | | | | | | |
| 37 | | Laufen, Springen 3.4 (12 Std.) | | Den Körper wahrnehmen 1.2 (6 Std.) | | Laufen, Springen 3.5 (10 Std.) | | Laufen, Springen 3.7 (8 Std.) | | Laufen, Springen 3.9 (8 Std.) | |
| 38 | Laufen, Springen 3.2 (9 Std.) | | | | | | | | | | |
| 39 | | | | | | | | | | | |
| 40 | | | | | | | | | | | |

Bewegungsfeld (2) Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Unterrichtsvorhaben - Themen:

1. Rundlauf und Co-Spiele auf dem Pausenhof (Spielideen für den Pausenhof und das Schulumfeld entwickeln und bewerten)
2. Spielen macht nicht automatisch Spaß - Grundlegende Spielfähigkeiten mit kleinen Spielen entwickeln
3. Spiele sind ganz unterschiedlich -Grundlegende Spielfertigkeiten und Spielfähigkeiten in kleinen Spielen anwenden
4. Heißt anderswo auch anderswie? -Spiele aus anderen Kulturen

| UV | BF | PP | Std. | BWK | MK | UK | IF (a) | IF (b) | IF (c) | IF (d) | IF (e) | IF (f) |
|-----------------------|-----|----|------|-----|----|----|--------|--------|--------|--------|---------|--------|
| Ende Jahrgangsstufe 6 | | | | | | | | | | | | |
| | 2.1 | EF | 6 | 2.3 | 1 | 1 | | | | | 1.3.4 | 1 |
| | 2.2 | AE | 4 | 2.3 | 1 | 1 | | | | | 1.2.4 | 1 |
| Ende Jahrgangsstufe 9 | | | | | | | | | | | | |
| | 2.3 | AE | 6 | 1.2 | 1 | | 1 | | | | 1.2.3.4 | |
| | 2.4 | AE | 8 | 3 | 1 | 1 | 1 | | | | 1.2.3.4 | |

Bewegungsfeld (3) Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Unterrichtsvorhaben - Themen Jahrgangsstufe 5/6:

1. Ich erprobe meine Können - Laufen, Springen, Werfen in großer Vielfalt wahrnehmen
2. Ich weiß, wie gut ich das kann - Sprint, Weitsprung und Wurf auf grundlegendem Fähigkeitsniveau erlernen und die eigene Leistung grundlegend beurteilen
3. Wie schaffe ich das Laufabzeichen? - Vorbereitung und Realisierung eines individuell nivelliertes Laufabzeichens
4. Wie gut schlage ich mich beim Wettkampf?- Vorbereitung und Durchführung eines leichtathletischen Dreikampfs

Unterrichtsvorhaben - Themen Jahrgangsstufe 7 - 9:

5. Sich ins Team einbringen - Gestaltung und Durchführung eines leichtathletischen Gruppenwettkampfes
6. Hochsprung relativ super - Erlernen und anwenden des Fosbury Flops mit Beurteilung nach relativen Kriterien
7. Wie kann ich noch weiter springen - Vertiefung der Weitsprungtechnik durch Reflektion von beobachtbaren Bewegungsmerkmalen
8. Ausdauersport tut mir gut - Trainieren für ein Laufabzeichen unter Berücksichtigung körperlicher Belastungsmerkmale
9. Die Kugel wird gestoßen! - Erlernen der grundlegenden Bewegungsmerkmale des Kugelstoßens

| UV | BF | PP | Std. | BWK | MK | UK | IF (a) | IF (b) | IF (c) | IF (d) | IF (e) | IF (f) |
|-----------------------|-----|-----|------|------|------|----|--------|--------|--------|--------|---------|--------|
| Ende Jahrgangsstufe 6 | | | | | | | | | | | | |
| | 3.1 | AF | 5 | 1 | 1 | | 1 | | | | | 1 |
| | 3.2 | AD | 9 | 2, 1 | 1, 2 | 2 | 2, 3 | | | 1 | | |
| | 3.3 | FAD | 6 | 3 | | 1 | 1, 2 | | | 1, 2 | | 2 |
| | 3.4 | D | 12 | 4 | 1, 2 | 1 | | | | 3 | | |
| Ende Jahrgangsstufe 9 | | | | | | | | | | | | |
| | 3.5 | FAD | 10 | 3 | 2 | 1 | 1, 2 | | | 2, 3 | | 2, 3 |
| | 3.6 | AD | 6 | 1 | 2 | 1 | 2, 3 | | | 1, 2 | | |
| | 3.7 | D | 8 | 2 | 2 | 1 | | | | 3, 1 | | |
| | 3.8 | A | 8 | 2 | 2 | | 3, 2 | | | | | |
| | 3.9 | ED | 8 | 1 | 1 | 1 | | | | 1, 3 | 1, 2, 4 | |

Bewegungsfeld (4) Bewegen im Wasser - Schwimmen

Unterrichtsvorhaben - Themen:

1. Nie wieder Bleiente - Sammeln grundlegender Bewegungserfahrungen im Wasser
2. Vom Bauch auf den Rücken - Rückenkraulschwimmen erlernen (je nach Vorkenntnissen aus der Grundschule)
3. Dem inneren Schweinehund davonschwimmen - In einer selbstgewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen
4. Ich will meine Technik verbessern - eine Wechselzugtechnik mit Start und Wende beherrschen können
5. Wir fördern unsere eigene Gesundheit durch Ausdauertraining - Ausdauerleistung individuell steigern
6. Sich und andere Retten können - Rettungsschwimmen nach den Vorgaben des DLRG

| UV | BF | PP | Std. | BWK | MK | UK | IF (a) | IF (b) | IF (c) | IF (d) | IF (e) | IF (f) |
|-----------------------|-----|----|------|-----|-----|----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Ende Jahrgangsstufe 6 | | | | | | | | | | | | |
| | 4.1 | A | 6 | 1,4 | 1,2 | 1 | 1,2,3 | | | | | |
| | 4.2 | AD | 8 | 2 | 1 | 1 | 1,2,3 | | | 1 | | |
| | 4.3 | FD | 8 | 3 | 2 | 1 | | | | 1,2 | | 2 |
| Ende Jahrgangsstufe 9 | | | | | | | | | | | | |
| | 4.4 | A | 10 | 1,2 | | | 1,2,3 | | | 1 | | |
| | 4.5 | DF | 4 | 3 | 1 | 1 | | | 2 | 1,2,3 | | 2,3 |
| | 4.6 | AE | 6 | 4 | 1 | | 1 | | 1,3 | | 1,2 | 1,2,3 |

Bewegungsfeld (5) Bewegen an Geräten - Turnen

Unterrichtsvorhaben - Themen:

1. Bodenturnen: eine (körper-)spannende Angelegenheit - Grundelemente erlernen und in einer Kurz-Kür vorführen
2. Turnen wie Tarzan: an unterschiedlichen Geräten sicher stützen, schwingen, springen
3. Akrobatische Weltreise - akrobatische Gruppendarstellung von Sehenswürdigkeiten aus aller Welt
4. Gehopst wie gesprungen: Die Fortbewegungskunst „Le Parkour“
5. Wir machen große Sprünge - Sicher auf dem großen Trampolin

| UV | BF | PP | Std. | BWK | MK | UK | IF (a) | IF (b) | IF (c) | IF (d) | IF (e) | IF (f) |
|-----------------------|-----|-----------|------|-------|-------|-----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Ende Jahrgangsstufe 6 | | | | | | | | | | | | |
| | 5.1 | A,B | 9 | 1,2 | 1 | 1 | 1,2 | 1 | | | | |
| | 5.2 | A,C | 8 | 1,3,4 | 1,2 | | 1,2,3 | | 1,2,3 | | | 1 |
| Ende Jahrgangsstufe 9 | | | | | | | | | | | | |
| | 5.3 | A,B, E | 8 | 2,3 | 1,2,3 | 2 | 1,3 | 1,2,3 | | | | |
| | 5.4 | A,C, D | 8 | 1,2,4 | 1,3 | 1 | 1,2,3 | | 2,3 | 1 | | 1 |
| | 5.5 | A,B, C | 10 | 2,3 | 1,2 | 1,2 | 1,2 | 2 | 1,2,3 | | | |

Bewegungsfeld (6) Gestalten, tanzen, Darstellen - Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste

Unterrichtsvorhaben - Themen:

1. Den Körper sprechen lassen - gymnastisch-tänzerische Grundformen der Bewegungsgestaltung kennenlernen
2. Move your body! - vielseitige Rhythmusschulung mit und ohne Geräte
3. Dance-Workout: Erprobung einer Fitnessgymnastik mit Ziel einer Fitness-Choreografie
4. Dance & Emotion: Eine Geschichte tänzerisch in Gruppen darstellen

| UV | BF | PP | Std. | BWK | MK | UK | IF (a) | IF (b) | IF (c) | IF (d) | IF (e) | IF (f) |
|-----------------------|-----|-----|------|-------|-----|-----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Ende Jahrgangsstufe 6 | | | | | | | | | | | | |
| | 6.1 | A,B | 7 | 1,2 | 1,2 | 1 | 1,2 | 1,2,3 | 2 | | | |
| | 6.2 | A,B | 8 | 3 | 1,2 | 1 | 2 | 1,3 | | | | |
| Ende Jahrgangsstufe 9 | | | | | | | | | | | | |
| | 6.3 | B,F | 6 | 1,4 | 1 | 1,2 | | 1,3 | | | | 2,3 |
| | 6.4 | B | 8 | 1,2,3 | 1 | 1 | | 1,2,3 | 2 | | | |

Bewegungsfeld (7) Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Unterrichtsvorhaben - Themen:

1. Mit dem Team zum Erfolg - Das Basketballspiel in seiner Grobform regelgerecht bewältigen.
2. Das „Runde“ muss ins „Runde“ - Über Verkleinerung der Ziele zum 1. Basketballspiel.
3. Vom Amateur zum Profi - Den Korbleger in seiner Grundform beherrschen und anwenden.
4. Basketball mit Köpfchen - Einfache taktische Maßnahmen im Spiel 2 : 2 anwenden.
5. Vom Federball zum Badminton - Grundschnitte anwenden und damit den Gegner unter Druck setzen.
6. Streetball - Challenge - Vorbereitung, Organisation und Durchführung eines Streetball - Turniers.
7. Klassenkaiser - Wettkampfsituation im Badminton erfolgreich bewältigen.

| UV | BF | PP | Std. | BWK | MK | UK | IF (a) | IF (b) | IF (c) | IF (d) | IF (e) | IF (f) |
|-----------------------|-----|------|------|------------|------|------|---------|--------|--------|--------|------------|--------|
| Ende Jahrgangsstufe 6 | | | | | | | | | | | | |
| | 7.1 | A, E | 9 | 1, 2, 3, 4 | 2 | 1 | 1, 2, 3 | | | | 1, 2, 3, 4 | |
| | 7.2 | A, E | 6 | 2, 3, 4 | 2 | 1 | 1, 3 | | | | 4 | |
| | 7.3 | A | 10 | 1, 4 | 1, 2 | 1 | 2, 3 | | | | | |
| Ende Jahrgangsstufe 9 | | | | | | | | | | | | |
| | 7.4 | D, E | 8 | 1, 2, 3 | 2, 3 | 1, 2 | | | | 2, 3 | 1, 2, 3, 4 | |
| | 7.5 | E, A | 8 | 1, 2 | 1, 2 | 1, 2 | 1, 2, 3 | | | | 1 | |
| | 7.6 | E, A | 6 | 1 | 1 | | | | | 2 | 1, 2, 3, 4 | |
| | 7.7 | D, E | 8 | 1, 2, 3 | 1, 2 | 1 | | | | 1, 2 | 1, 3 | |

Bewegungsfeld (8) Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport

Unterrichtsvorhaben – Themen:

1. Ski-Langlauf über Berg und Tal - Eine Einführung in die Technik des Ski-Langlaufs

2. Kurvenspaß auf Inlinern - Grundlegende Techniken des Inlinerfahrens mit individuellen Gestaltungsmöglichkeiten

| UV | BF | PP | Std. | BWK | MK | UK | IF (a) | IF (b) | IF (c) | IF (d) | IF (e) | IF (f) |
|-----------------------|-----|-----|------|-----|----|-----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Ende Jahrgangsstufe 6 | | | | | | | | | | | | |
| | 8.1 | ACF | 6 | 1,2 | 1 | 1 | 1,2,3 | | 2 | | 1 | |
| Ende Jahrgangsstufe 9 | | | | | | | | | | | | |
| | 8.2 | ACF | 6 | 1,2 | 1 | 1,2 | 1,2 | 1 | | | | 1,2 |

Bewegungsfeld (9)

Unterrichtsvorhaben - Themen 5/6:

1. Ringen und Kämpfen, aber fair! Spielerische Gruppen- und Zweikämpfe ohne und mit direktem Körperkontakt

Unterrichtsvorhaben - Themen 7 - 9:

2. Kämpfen, Werfen, Fallen und trotzdem fair: Judo! - Grundlegende Techniken des Judokampfsports und der dazugehörigen traditionelle Verhaltensweisen erlernen

| UV | BF | PP | Std. | BWK | MK | UK | IF (a) | IF (b) | IF (c) | IF (d) | IF (e) | IF (f) |
|-----------------------|-----|-----|------|------|------|------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Ende Jahrgangsstufe 6 | | | | | | | | | | | | |
| | 9.1 | AEC | 8 | 1, 2 | 1 | 1 | 1 | | 2, 3 | | 1 | |
| Ende Jahrgangsstufe 9 | | | | | | | | | | | | |
| | 9.2 | CA | 10 | 1, 2 | 1, 2 | 1, 2 | 1, 2, 3 | | 2, 3 | | | |

4. Absprachen zur Nutzung des Freiraums

| | |
|---------|---|
| Jgst. 5 | <p>Spielen in und mit Regelstrukturen - Fußball Erlernen der grundlegenden Techniken des Fußballspiels und deren Anwendung in geeigneten Spielformen</p> <p>Spielen in und mit Regelstrukturen - Handball Erlernen der grundlegenden Techniken des Handballspiels und deren Anwendung in geeigneten Spielformen</p> |
| Jgst. 6 | <p>Spielen in und mit Regelstrukturen - Handball Erweitern der Grundtechniken des Handballspiels und deren Anwendung in vereinfachten Spielformen</p> <p>Spielen in und mit Regelstrukturen - Fußball Erweitern der grundlegenden Techniken des Fußballspiels und deren Anwendung in geeigneten Spielformen</p> |
| Jgst. 7 | <p>Handball: Schlag- und Sprungwurf, Spielformen, Überzahl</p> <p>Spielen in und mit Regelstrukturen - Volleyball Erlernen der grundlegenden Techniken (oberes und unteres Zuspiel, Aufschlag), Antizipationstraining, Spielformen bis 2:2</p> |
| Jgst. 8 | <p>Spielen in und mit Regelstrukturen - Fußball Taktik-Angriff und Verteidigungsformen; u.a. Schüler lehren Schüler (als Form der Binnendifferenzierung)</p> <p>Spielen in und mit Regelstrukturen - Volleyball Volleyball: Angriffsschlag, Spielaufbau, Spielformen 3:3 bis 4:4</p> |
| Jgst. 9 | <p>Bewegen im Wasser - Schwimmen Rettungsschwimmen in Theorie und Praxis - Erwerb des DLRG Rettungsschwimmabzeichens</p> |

5. Leistung und ihre Bewertung

- Grundsätze

Die Leistungsbewertung ist Grundlage für die Förderung der SchülerInnen, für die Beratung der SchülerInnen und die Beratung der Erziehungsberechtigten. Dabei sollen die SchülerInnen und Erziehungsberechtigten über den im Unterricht erreichten Könnensstand und Lernfortschritt informiert werden.

Es sind bei der Leistungsbewertung folgende Grundsätze zu beachten:

- Bewertung bezogen auf die Vielfalt der Leistungsdimension (Berücksichtigung von motorischen, kognitiven, emotionalen und sozialen Kompetenzen)
- Bewertung vor dem Hintergrund der individuellen Möglichkeiten (Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen und Entwicklungen der SchülerInnen)
- Transparenz und Angemessenheit von Bewertung (Offenlegung der Bewertungskriterien gegenüber den SchülerInnen)

Im Sport erleben die SchülerInnen meist eine unmittelbare Rückmeldung über ihr Leistungsergebnis. Da Leistungen im Sport zum einen das Selbstbewusstsein fördern zum anderen aber auch das Selbstwertgefühl beeinträchtigen können, muss bei der Gestaltung von Leistungssituationen sensibel und verantwortungsvoll vorgegangen werden. Daher ist es wichtig, den individuellen Lernfortschritt zu berücksichtigen.

- Allgemeine Bereiche der Leistungsbewertung

Bei jedem Unterrichtsvorhaben können folgende Aspekte in die Leistungsbewertung einfließen.

- Motorische Fähigkeiten und Wissen
 1. Individuelle sportmotorische Lern- und Leistungsfortschritte bzgl. Kondition (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit), Koordination, Bewegungsqualität und Spielfähigkeit
 2. Körper- und sportbezogenes Wissen
 3. (...)
- Sozialverhalten
 - Kooperationsfähigkeit und Hilfsbereitschaft
 - Konfliktverhalten
 - Umgang mit Regeln
 - Fairness
 - (...)
- Arbeitsverhalten
- Lern- und Leistungsbereitschaft; Anstrengungsbereitschaft
- Zuverlässigkeit
- Selbstständigkeit

- Leistungsbewertung unter Berücksichtigung der pädagogischen Perspektiven

Die im Unterricht durchgeführten Unterrichtsvorhaben basieren in der Regel auf der Umsetzung von zwei pädagogischen Perspektiven. Im Folgenden werden beobachtbare und damit auch bewertbare Verhaltensweisen unter Berücksichtigung der einzelnen pädagogischen Perspektiven angeführt.

- Unter allen pädagogischen Perspektiven beobachtbare Verhaltensweisen
 1. Bewegungskönnen zeigen
 2. Sich auf Unterrichtssituationen einlassen
 3. Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringen
 4. Erfahrungen, Kenntnisse und Einsichten strukturiert wiedergeben
 5. Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern
 6. (...)

- Unter der Pädagogischen Perspektive A (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern) beobachtbare Verhaltensweisen
- Unter dieser Perspektive lassen sich nur begrenzt Verhaltensweisen beobachten, die bewertet werden können. Da diese Perspektive jedoch in enger Verknüpfung zu den anderen Pädagogischen Perspektiven steht, lassen sich einige Lernerfolge unter der Perspektive A auch in Verhaltensweisen unter den anderen Perspektiven sichtbar werden.

- Unter der pädagogischen Perspektive B (sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten) beobachtbare Verhaltensweisen
- Originalität und Vielfalt von Ideen beim Variieren und Gestalten von Bewegungen zeigen
- Handlungsentwürfe unter Anwendung von Gestaltungskriterien in Bewegung umsetzen
- Differenzierte Ausdrucksmöglichkeiten zeigen
- Bewegungsgestaltungen anderer deuten und bewerten
- (...)

- Unter der pädagogischen Perspektive C (etwas wagen und verantworten) beobachtbare Verhaltensweisen
- Sich auf herausfordernde Bewegungsaufgaben einlassen
- Umgang mit herausfordernden Bewegungsaufgaben
- Einschätzen des eigenen Könnens
- (...)

- Unter der pädagogischen Perspektive D (das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen) beobachtbare Verhaltensweisen
- Fehler erkennen und korrigieren
- Konditionelle Leistungsfähigkeit nachweisen

- Taktische Fähigkeiten nachweisen
- In Leistungssituationen Einsatz zeigen
- Beharrlich auf ein Ziel (Übungs-, Trainingsziel) hinarbeiten
- Leistungsmaßstäbe kennen, anwenden und reflektieren
- (...)

- Unter der pädagogischen Perspektive E (kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen) beobachtbare Verhaltensweisen
- Absprache mit anderen treffen sowie organisatorisch und motorisch umsetzen
- Spiel- bzw. Wettkampfleitung übernehmen
- Regelkenntnisse nachweisen und Vereinbarungen einhalten
- Fair handeln - über das bloße Einhalten von Regeln hinaus
- (...)

- Unter der pädagogischen Perspektive F (Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln) beobachtbare Verhaltensweisen
- Bewegungen funktionsgerecht ausführen
- Maßnahmen zur individuellen Förderung der Fitness kennen und durchführen
- Kenntnisse zu einer gesundheitsgerechten Lebensführung nachweisen
- Gesundheitliche Risiken kennen und gesundheitsgerecht handeln
- (...)

- Formen der Leistungsbewertung

Die unter 3. genannten Verhaltensweisen können sowohl punktuell als auch unterrichtsbegleitend erfasst werden.

Punktuelle Leistungsbewertungen

1. Demonstrationen (Spielbeobachtung, Techniküberprüfung; Präsentation einer Gruppenarbeit,...)
2. Motorische Test (vgl. Anhang)
3. Beiträge zur Unterrichtsgestaltung (Aufwärmprogramme, Übernahme von Unterrichtsteilen, ...)
4. Sportabzeichenerwerb, Bundesjugendspiele, ...

Unterrichtsbegleitende Leistungsbewertungen

1. Qualität und Umfang der motorischen und kognitiven Leistungen
2. Individueller Lernfortschritt bei der motorischen Leistung
3. Engagement / Arbeitsbereitschaft im Sportunterricht
4. Sozialer Umgang mit sich und den Mitschülern
5. Beiträge bei Unterrichtsgesprächen
6. Hausaufgaben

6. Curriculum für den zusätzlichen Sportunterricht der Sportklassen

- Der zusätzliche Sportunterricht wird genutzt, um die motorische Grundausbildung des regulären Sportunterrichts zu sichern und zu vertiefen.
- Dazu werden die Inhalte des schulinternen Lehrplans in der starken Lerngruppe intensiver und auf höherem Niveau unterrichtet.
- Es werden Inhalte nachgeholt, die durch Wettkampf- oder Trainingsmaßnahmen versäumt wurden.
-

| Spezielle Inhalte, die über den Sportlehrplan Sek I hinausgehen | |
|---|---|
| Klasse 5/6 | <ul style="list-style-type: none"> • Diagnose durch einen sportmotorischen Test (Eignungsprüfung Sportklasse) mit Rückmeldung der Ergebnisse an die Eltern • motorische Grundausbildung unter Berücksichtigung der individuellen Schwächen • Neben den Inhalten des schulinternen Sportlehrplans finden für die Ausbildung der koordinativen Fähigkeiten besondere Berücksichtigung: <ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen der Leichtathletik: Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC; Drehwürfe; Stabspringen - erweiterte turnerische Grundausbildung (z. B. Handstandüberschlag) - systematische Ballspielausbildung auf der Grundlage der Ballschule Roth/Kröger (Kap. 2, S. 46 - 98) - Gleichgewichtsschulung: Slackline, großes Trampolin, Therapiekreisel |
| Klasse 7/8 | <ul style="list-style-type: none"> • Diagnose durch sportmotorischen Test • Fortsetzung der motorischen Grundausbildung. Durch die zunehmenden Fehlzeiten steigt die Bedeutung des Nachholens von Inhalten des regulären Unterrichts. • Einstieg in die Sporthelferausbildung mit abschließender Prüfung • Rückmeldung an die Eltern |
| Klasse 9 | Sportartspezifische Arbeitsgemeinschaften, die einen vertieften Zugang zu einem Sportspiel ermöglichen, das über das reguläre Angebot der Sportvereine nicht abgedeckt wird (z. B. Basketball, Handball, Badminton...). |

7. UV-Karten für die Fachkonferenz

| <i>Bewegungsfeld/Sportbereich</i> | <i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i> | <i>Jahrg. -Stufe</i> | <i>Dauer des UV Std.</i> | <i>Vernetzen mit UV</i> | <i>Laufende Nr. der UV</i> |
|--|---|----------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 1.1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | A,F,D | 5 | 3 | | 1 |

Name des UV: Kaltstart ist für keinen Motor gut - Grundlagen des allgemeinen Aufwärmens

- **Kompetenzerwartungen:**

- **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 1**

sich sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen und steuern, (1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1,d1,f1 (leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Leistung (d)

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

Gesundheit (f)

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: 1.1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Thema des UV : Kaltstart ist für keinen Motor gut - Grundlagen des allgemeinen Aufwärmens (3 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Grundlagen des Aufwärmens (Wozu? Was muss beachtet werden?) • Das Aufwärmen am eigenen Körper erfahren und reflektieren | <ul style="list-style-type: none"> • Möglichkeiten des Aufwärmens (Lauf-ABC, Aufwärmspiele, etc.) gemeinsam durchführen und hinsichtlich Wirkungen reflektieren • Schülergruppen stellen Aufwärmspiele vor → gemeinsame Reflektion | <p>Merkmale des allgemeinen Aufwärmens:</p> <ul style="list-style-type: none"> • große Muskelgruppen erwärmen • Ziele: Erhöhung der Körperkerntemperatur, Aktivierung des HKS, psychische Einstimmung; • Dauer, Intensität • Verletzungsprophylaxe • Leistungssteigerung | <p>unterrichtsbegleitend: Anstrengungsbereitschaft, Kooperation, Fairness</p> <p>punktuell: Vorstellen und Durchführen eines Aufwärmspiels</p> |

| Gute Leistungen | Leistungsanforderungen | Ausreichende Leistungen |
|--|---|---|
| Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler verfügen über grundlegende Kenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln in allen Inhaltsfeldern und können diese vor dem Hintergrund erlebter Praxis an ausgewählten Beispielen reflektiert anwenden und nutzen. Sie können jederzeit über ihr eigenes sportliches Handeln und das der anderen situativ angemessen reflektieren.</p> | <p>Fachliche Kenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln (6 L 5)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler weisen bei den grundlegenden Kenntnissen zum eigenen sportlichen Handeln in Teilbereichen Lücken auf und verfügen nur über rudimentäre Kenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln in allen Inhaltsfeldern und können über ihr eigenes sportliches Handeln und das der anderen wenig sachgerecht reflektieren.</p> |
| Beobachtbares Verhalten | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler unterstützen einen geordneten Unterrichtsablauf und zeigen in verschiedenen sportlichen Handlungssituationen Verantwortungsbereitschaft für sich selbst und andere. Sie unterstützen weitgehend selbstständig das Herrichten und Aufrechterhalten der Sportstätte.</p> | <p>Selbst- und Mitverantwortung (6 L 13)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler unterstützen den geordneten Unterrichtsablauf nur auf ausdrückliche Anweisung und zeigen in verschiedenen sportlichen Handlungssituationen kaum Verantwortungsbereitschaft für sich selbst und andere. Sie unterstützen das Herrichten und Aufrechterhalten der Sportstätte nur auf ausdrückliche Aufforderung.</p> |

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: **BF 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**

Thema des UV 1.2 **„Was kann ich gut und wo möchte ich besser werden? Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (psychische und physische Komponenten)“**
(6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|--|---|
| <p>Erfahren von Grenzen der eigenen physischen Leistungsfähigkeit</p> <p>Vergleich der eigenen physischen Leistungsfähigkeit mit der Leistungsfähigkeit der Klasse</p> <p>Kritische Selbstreflexion der Leistungen im leichtathletischen Dreikampf (3.4) aus physischer und psychischer Sicht</p> <p>Mögliche Potentiale erkennen</p> | <p>Gefühl für sich und den eigenen Körper entwickeln</p> <p>Insbesondere Stärken der eigenen Leistungsfähigkeit erfahren</p> <p>Eigene Leistung einschätzen lernen</p> <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <p>Erproben und Experimentieren</p> <p>Individuelle- und soziale Bezugsnormen für die eigene Leistung</p> | <p>Gegenstände</p> <p>Bezug zu Leistungen im leichtathletischen Dreikampf (3.4)</p> <p>Definition des Begriffs „Leistung“</p> <p>Objektive Ergebnisse des Dreikampfes mit subjektiven Eindrücken des Einzelnen vergleichen</p> <p>Definieren eines persönlichen Ziels</p> <p>Fachbegriffe</p> <p>Leistung</p> <p>Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Koordination</p> <p>Individuelle- und soziale Leistungsnormen</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Anstrengungsbereitschaft 2. Mitarbeit bei der Unterrichtsgestaltung/-durchführung <p>punktuell:</p> |

| Bewegungsfeld/Sportbereich | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. - Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|-----------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 1.3 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | A, D, F | 8 | 5 | | 28 |

Name des UV: *Aufwärmen ist so vielseitig wie der Sport selbst - sachgerechtes und spezifisches Aufwärmen*

- **Kompetenzerwartungen:**

- **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 1,2,3**

sich selbstständig funktional - allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen (1)
 ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen - auch unter Druckbedingungen - zeigen, (2)
 eine komplexere Entspannungstechnik (z. B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben. (3)

- **Methodenkompetenz (MK) 1,2**

einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten,

grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen.

Urteilskompetenz (UK)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: d1, f1 (leitend; ergänzend)

Leistung (d)

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

Gesundheit (f)

Unfall- und Verletzungsprophylaxe

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: 1.3 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Thema des UV : *Aufwärmen ist so vielseitig wie der Sport selbst - sachgerechtes und spezifisches Aufwärmen (5 Stunden)*

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|--------------------------------------|--|
| Grundsätze des Aufwärmens Ziele im allgemeinen und speziellen Aufwärmen Auswirkungen des Aufwärmens auf den Körper | Erarbeitung eines Aufwärmprogramms zu einer ausgewählten Sportart in Gruppen | Allgemeines und spezielles Aufwärmen | unterrichtsbegleitend: Anstrengungsbereitschaft Kooperationsfähigkeit punktuell: Durchführung eines eigens entwickelten Aufwärmprogramms |

| Gute Leistungen | Leistungsanforderungen | Ausreichende Leistungen |
|--|---|--|
| Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler zeigen eine dauerhaft hohe Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft sowie einen individuell förderlichen Leistungswillen ohne Rücksicht auf individuelle sportliche Interessen und Neigungen. Darüber hinaus zeigen sie die Bereitschaft, diese auch weiterhin zu verbessern.</p> | <p>psycho-physisch (L 1)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler zeigen häufig eine geringe Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft sowie einen nur gering ausgeprägten Leistungswillen. Die psycho-physische Belastbarkeit ist schwach entwickelt. Es ist häufig ein Vermeidungsverhalten zu beobachten. Einsicht und Wille zur Leistungssteigerung sind wenig ausgeprägt.</p> |
| Methodenkompetenz | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler wenden vielfältige Fachmethoden sowie Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens selbstständig und eigenverantwortlich an. Sie können diese mühelos auf andere Sachverhalte übertragen. Sie weisen dabei hohe Selbststeuerungskompetenz auf.</p> | <p>Methodisch-strategische Verfahren anwenden (L 8)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler wenden Fachmethoden sowie Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens kaum selbstständig und eigenverantwortlich an und können diese auch nicht ohne starke Unterstützung auf andere Sachverhalte übertragen und anwenden. Sie weisen nur sehr geringe Selbststeuerungskompetenzen auf.</p> |
| Beobachtbares Verhalten | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler zeigen in Lern-, Übungs-, Trainingsprozessen eine hohe Bereitschaft, Unterrichtsziele zu erreichen; das bezieht sich auf sportbezogene - wie auch auf Reflexionsphasen; die Anstrengungsbereitschaft ist hoch.</p> | <p>Leistungswille, Leistungsbereitschaft, Anstrengungsbereitschaft † (L 14)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler zeigen sich in Lern-, Übungs-, Trainingsprozessen wenig interessiert und bemüht, Unterrichtsziele zu erreichen; das bezieht sich auf sportbezogene - wie auch auf Reflexionsphasen. Die Anstrengungsbereitschaft ist gering.</p> |

Thema des UV 1.4 „Fitness fällt nicht vom Himmel - Fitnesstest und gezielte Entwicklung physischer Leistungsfaktoren“

(8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|--|---|
| <p>Kennlernen der physischen Leistungsfaktoren: Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Koordination</p> <p>Exemplarische Bedeutung einzelner physischer Leistungsfaktoren in bestimmten Sportarten</p> <p>Bedeutung von Fitnesstests als Diagnoseinstrument und daraus resultierende Entscheidungen für ein zukünftiges Training</p> <p>Möglichkeiten der Verbesserung am Beispiel eines leistungsbestimmenden Faktors</p> | <p>Gefühl für sich und den eigenen Körper entwickeln</p> <p>Stärken und Schwächen der eigenen Leistungsfähigkeit erfahren</p> <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <p>Partner- und Gruppenarbeit</p> <p>Erproben und Experimentieren (Schüler-/Lehrerinfo)</p> <p>Individuelle Leistungsmessung, -entwicklung</p> | <p>Gegenstände</p> <p>Schweizer Fitnesstest</p> <p>Definition des Begriffs „Fitness“</p> <p>Objektive Ergebnisse des Fitnesstests mit subjektiven Eindrücken aus bestimmten Sportarten vergleichen, z.B. Einbeinstand - Slackline</p> <p>Übungsauswahl zur Verbesserung eines leistungsbestimmenden Faktors</p> <p>Fachbegriffe</p> <p>Fitness</p> <p>Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Koordination</p> <p>Individuelle Leistungsnormen</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>3. Anstrengungsbereitschaft</p> <p>4. Mitarbeit bei der Unterrichtsgestaltung/-durchführung</p> <p>punktuell:</p> <p>7. Theoretische Überprüfung</p> |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 2.1 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i> | E,F | 5/6 | 6 | | 2.1 |

Name des UV: Rundlauf und Co: Spiele auf dem Pausenhof(Spielideen für den Pausenhof und das Schulumfeld entwickeln und bewerten)

- **Kompetenzerwartungen: BWK 2,3**
- **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**
Kleine Spiele, Pausenspiele -auch eigenverantwortlich - fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Kriterien benennen und erläutern

Kleine Spiele selbständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen
- **Methodenkompetenz (MK)**
Die Schüler können einfache Bewegungsspiele, bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen, initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern
- **Urteilskompetenz (UK)**

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

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

Kooperation und Konkurrenz

- Mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Spielformen)
- Spielregeln und deren Veränderungen
- Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten(u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

Thema des UV2.1 : Rundlauf und Co: Spiele auf dem Pausenhof

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Abwechslungsreiche Pausengestaltung • Konzentration und Lernen durch Bewegung fördern • Selbständigkeit fördern und Eigenverantwortung entwickeln • Personale und soziale Erfahrungen durch Bewegung und Sport ermöglichen (klassenübergreifende Zusammensetzung von Spielgruppen organisieren) | <ul style="list-style-type: none"> • Überwiegend induktive Arbeitsweise • Spez. Maßnahmen zur Förderung der Sicherheit beim Pausensport • Sporthelfer aus den Sportklassen mit einbeziehen | <ul style="list-style-type: none"> • Frisbee werfen, fangen und spielen • Balljagd • Ballkette • Gummitwist • Himmel und Hölle • Indiaca • Etc. : geeignete Varianten, auch von Schülern entwickelt | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Engagement bei den Spielen - Mitarbeit in den Reflexionsphasen - Vorschläge für Übungskatalog <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schriftliche Übung oder Hausaufgabe zum Thema : Bedeutung von Bewegung für Lernen und Konzentration |

| <i>Bewegungsfeld/Sportbereich</i> | <i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i> | <i>Jahrg. - Stufe</i> | <i>Dauer des UV Std.</i> | <i>Vernetzen mit UV</i> | <i>Laufende Nr. der UV</i> |
|--|---|-----------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>2.2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i> | <i>A, E</i> | <i>6</i> | <i>4</i> | | <i>6</i> |

Spiele macht nicht automatisch Spaß - Grundlegende Spielfähigkeiten mit kleinen Spielen entwickeln

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 2,3

- spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden.
- in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln

Methodenkompetenz:

- Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u.a. Spielidee, -regel, -material, Personenzahl, Raum) - auch außerhalb der Sporthalle - initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern.

Urteilskompetenz:

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

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: Eintrag der Kurzform gemäß Kartensatz /fett: leitend/ nicht-fett: ergänzend) z.B.: **a 1**,d 1Angabe des 1. Inhaltsfeldes Angabe des/ der inhaltlichen Schwerpunkte/s

ggf. Angabe des 2. Inhaltsfeldes (a - f)

- Angabe des/ der inhaltlichen Schwerpunkte/s

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: „Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen“

Spielen macht nicht automatisch Spaß - Grundlegende Spielfähigkeiten mit kleinen Spielen entwickeln

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|---|---|
| <p>Inhalte</p> <p>Passen, fangen, dribbeln, schießen in verschiedenen kleinen Sportspielen üben und anwenden.</p> <p>=> Aufstellen von eigenen Regeln für ein gelungenes Spiel</p> <p>Fachbegriffe</p> <p>Begriffe: passen, fangen, dribbeln, schießen</p> <p>Angriff/Abwehr</p> <p>Mann-/ Raumdeckung</p> <p>Koordination</p> | <p>Individualisierung des Unterrichts:</p> <p>explorierender Umgang mit Regeln zugunsten des miteinander Spielens</p> <p>Stationenlernen:</p> <p>Passen/Fangen in Variationen</p> <p>Schießen (Torschuss, Schießen in Bewegung, mit Partner, ...)</p> <p>Hoch-, Weit-, Zielwurf</p> <p>Mannschaftsspiele</p> <p>Fachbegriffe/ Methodenkompetenz:</p> <p>Gruppenarbeit (Förderung der Kommunikation und der Teamfähigkeit)</p> <p>Mannschaftsspiele (mit- und gegeneinander)</p> | <p>Gegenstände</p> <p>kleine Spiele:</p> <p>Pass- und Fangspiele</p> <p>Schussspiele</p> | <p>prozessbegleitend:</p> <p>Anstrengungsbereitschaft beim Spielen</p> <p>Übernahme von Aufgaben (Aufbauten, Abbauen, Schiedsrichterfunktionen...)</p> <p>Beitrag zum Gelingen des Spiels</p> <p>Fairness</p> <p>an Regeln halten</p> <p>Umsetzung der erlernten Spieltechniken/ -taktiken</p> <p>punktuell:</p> <p>Spielverhalten</p> <p>Spielaufbau</p> <p>Angriff-/Abwehrverhalten</p> |

| <i>Bewegungsfeld/Sportbereich</i> | <i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i> | <i>Jahrg. - Stufe</i> | <i>Dauer des UV Std.</i> | <i>Vernetzen mit UV</i> | <i>Laufende Nr. der UV</i> |
|--|---|-----------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>2.3 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i> | <i>A, E</i> | <i>7</i> | <i>6</i> | | <i>24</i> |

Name des UV: Spiele sind ganz unterschiedlich -Grundlegende Spielfertigkeiten und Spielfähigkeiten in kleinen Spielen anwenden

- **Kompetenzerwartungen:**

- **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 1,2**

spielübergreifende technischkoordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden,

in unterschiedlichen Spielen mit und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln,

- **Methodenkompetenz (MK) 1**

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

- **Urteilskompetenz (UK)**

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, e1,e2,e3,e4

(leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Wahrnehmung und Körpererfahrung

Kooperation und Konkurrenz (e)

- Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
- soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
- (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen
- Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: 2.3 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Thema des UV : Spiele sind ganz unterschiedlich -Grundlegende Spielfertigkeiten und Spielfähigkeiten in kleinen Spielen anwenden (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|--|--|
| <p>Spielräume innerhalb vorgegebener Spielregeln unterschiedlicher Spiele erkennen und nutzen</p> <p>Spielregeln variieren (gemeinsam an schulische Rahmenbedingungen anpassen)</p> | <p>Spielidee und Spielregeln unterschiedlicher kleiner Spiele erfahren und reflektieren</p> <p>Ein geeignetes Spiel genau untersuchen</p> | <p>Rückschlagspiele, Zielschussspiele, Lauf-, Fang- und Wurfspiele</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Anstrengungsbereitschaft</p> <p>Kooperationsfähigkeit, Fairness</p> <p>Individuelle Bezugsnormorientierung</p> <p>punktuell:</p> <p>Spielbeobachtung in einem festgelegten Spiel hinsichtlich Spielfähigkeit (Einhaltung von Spielregeln, kooperatives Verhalten)</p> |

| Gute Leistungen | Leistungsanforderungen | Ausreichende Leistungen |
|---|---|---|
| Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler verhalten sich in den meisten sportlichen Handlungssituationen sowie in grundlegenden Spielhandlungen taktisch-kognitiv situativ stets angemessen. Eine ausgeprägt differenzierte Selbst- und Fremdwahrnehmung führt auch unter Druckbedingungen zu sachgerechten und situativ angemessenen taktisch-kognitiven Entscheidungen.</p> | <p>taktisch-kognitiv (L 3)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler verhalten sich in den meisten sportlichen Handlungssituationen sowie in grundlegenden Spielhandlungen taktisch-kognitiv situativ selten angemessen. Eine fehlerhafte Selbst- und Fremdwahrnehmung führt oftmals - bereits bei geringen Druckbedingungen - zu fehlerhaften taktisch-kognitiven Entscheidungen.</p> |
| Methodenkompetenz | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler verfügen in nahezu allen sportlichen Handlungssituationen über differenzierte Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken und nutzen diese situativ angemessen beim gemeinsamen Sporttreiben.</p> | <p>Sozial-kommunikative Verfahren anwenden (L 9)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler verfügen beim sportlichen Handeln oft nicht über sachgerechte Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken. Sie lassen diese beim gemeinsamen sportlichen Handeln ungenutzt.</p> |
| Urteilskompetenz | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler beurteilen ihre eigenen Kenntnisse und die der</p> | <p>Grundlegende Sachverhalte/ Rahmenbedingungen des eigenen</p> | <p>Schülerinnen und Schüler nutzen ihre eigenen Kenntnisse und die der Mitschülerinnen und Mitschüler</p> |

| | | |
|--|---|---|
| <p>Mitschülerinnen und Mitschüler über sportbezogene Sachverhalte und Rahmenbedingungen auch unter Druckbedingungen sachgerecht und differenziert</p> | <p>sportlichen Handelns, des Handelns im sozialen Kontext (L 11)</p> | <p>über sportbezogene Sachverhalte und Rahmenbedingungen kaum/ wenig sachlich. Ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung ist schwach ausgeprägt.</p> |
| <p>Beobachtbares Verhalten</p> | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler haben ein auf Gerechtigkeit ausgerichtetes Werteverständnis, kooperieren und kommunizieren alters- und situationsadäquat. Sie nehmen sie Rücksicht auf andere und zeigen Konfliktfähigkeit und Empathie. Darüber hinaus können sie ihr eigenes Verhalten sowie das Verhalten anderer in sportlichen Konfliktsituationen angemessen reflektieren.</p> | <p>Fairness, Kooperationsbereitschaft und -Kooperationsfähigkeit (L 17)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler verhalten sich häufig situativ unangemessen und können die Leistungen anderer kaum anerkennen und wertschätzen. Außerdem können sie kaum kritische Distanz zu ihrem eigenen sportlichen Handeln entwickeln. Es gelingt ihnen kaum, ihr eigenes Verhalten sowie das Verhalten anderer in sportlichen Konfliktsituationen angemessen zu reflektieren.</p> |

Thema des UV 2.4 „**Heißt anderswo auch anderswie - Spiele aus anderen Kulturen**“

(8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|--|
| <p>Sensibilisierung der SuS für Sportarten aus anderen Kulturkreisen</p> <p>Kennenlernen der Spielgeräte und des Spielfeldes</p> <p>Ursprung und Verbreitung</p> <p>Die Notwendigkeit für ein anderes taktisches Verhalten erkennen und dieses umsetzen</p> <p>Begründung für die schulische Auswahl von Flag Football als Alternative zum American Football</p> | <p>Bestimmte Rollenzuteilung innerhalb der Mannschaft</p> <p>Individuelle Stärken für die Mannschaft einsetzen</p> <p>Taktische Maßnahmen anhand von Beobachtungsaufgaben/-bögen entwickeln und erproben</p> <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <p>Gruppenarbeit</p> <p>Erproben und Experimentieren (Schüler-/Lehrerinfo)</p> <p>Beobachtungsbögen</p> | <p>Gegenstände</p> <p>Flag Football:</p> <p>Lauf- und Fangspiele</p> <p>Werfen des „neuen“ Wurfgerätes</p> <p>Taktisches Verhalten in Angriff und Verteidigung</p> <p>Spiel unter vereinfachten Wettkampfbedingungen</p> <p>Fachbegriffe</p> <p>Konstitutive und strategische Regeln</p> <p>Spielrelevante Kommandos, Positionsbezeichnungen</p> <p>Bedeutung der Sportart American Football in den USA</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Anstrengungsbereitschaft 6. Mitarbeit bei der Unterrichtsgestaltung/-durchführung 7. Einhalten der Regeln 8. Gruppenverhalten <p>punktuell:</p> <ol style="list-style-type: none"> 8. Situationsangemessenes Verhalten im Spiel 9. Erarbeitung und Präsentation eines vorgegebenen Spielzugs |

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

Thema des UV 3.1 **„Ich erprobe mein Können - Laufen, Springen, Werfen in großer Vielfalt wahrnehmen“** (5 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Formen des Laufens, Springens und Werfens • Unterschiedliche Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit wahrnehmen • Phasierung von Bewegungen • Bewegungsmerkmale beim Laufen, Springen und Werfen | <ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren mit und ohne Geräte: den Körper wahrnehmen, • Unterschiedliche Kriterien für die Bewertung einer Leistung kennenlernen <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partner- und Gruppenarbeit • Erproben und Experimentieren (Schüler-/Lehrerinfo) • Absolute- und relative Leistungsmessung | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schnell laufen, ausdauernd laufen, über Hindernisse laufen • Springen über Kartons, Kästen, Hürden, springen in die Sprunggrube • Werfen unterschiedlicher Gegenstände: Schlagwürfe, Drehwürfe • Sicherheitsaspekte im Übungsbetrieb <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsphasen • Bewegungsmerkmale • Leistungskriterien | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft - Einhalten der Organisationsformen - Mitarbeit in Partner- und Gruppenarbeit <p>punktuell:</p> |

Anlage 11.1 Karte zur Planung eines konkreten Unterrichtsvorhabens im Fach Sport (Vorderseite)

| Bewegungsfeld/Sportbereich 3.2 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik | AD | 5 | 9 | 2 und 19 | 11 |

Name des UV:

Ich weiß, wie gut ich das kann - Sprint, Weitsprung und Wurf auf grundlegendem Fähigkeitsniveau erlernen und die eigene Leistung grundlegend beurteilen

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 2, 1

Die Schülerinnen und Schüler können...

... grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen.

... leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitenniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen.

Methodenkompetenz (MK) 1, 2

Die Schülerinnen und Schüler können...

10. ... leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen.

11. ... grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden.

Urteilskompetenz (UK) 2

Die Schülerinnen und Schüler können...

... die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a2, a3, d1

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Leistung (d)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: 3.2 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV : Ich weiß, wie gut ich das kann - Sprint, Weitsprung und Wurf auf grundlegendem Fähigkeitsniveau erlernen und die eigene Leistung grundlegend beurteilen

(9 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|---|---|
| <p>Grundlegende leichtathletische Bewegungsformen:</p> <p>Sprint</p> <p>Weitsprung</p> <p>Ballwurf</p> | <p>Einbindung der SuS in das Mess- und Beurteilungsverfahren, um ein genaueres Verständnis zu erzielen (v. a. beim Weitsprung mit Absprunzzone)</p> <p>Anwendung des Bewertungsystems des Sportabzeichens => Die eigene Leistung kann anhand von lerngruppen-unabhängigen Normen beurteilt werden.</p> | <p>Sprint: Hochstart / Startkommando Armeinsatz Fußaufsatz, Kniehub, Schrittlänge Körperposition</p> <p>Weitsprung: Anlaufgestaltung Absprung aus der Zone Sprünge über Kisten und/ oder in Reifen Landung Messverfahren</p> <p>Wurf: Würfe aus der Wurfauslage mit unterschiedlichen Wurfgeräten (Bälle, Schweifbälle, Wurfhölzer, Tennisringe) Abwurfwinkel</p> | <p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft - angemessene Lösung der Bewegungsaufgaben - individuelle Fortschritte <p>punktuell</p> <p>Sprint, Weitsprung und Ballwurf nach den Anforderungen des neuen Sportabzeichens (=> drei Leistungsniveaus)</p> |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 3.3 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik | FAD | 5 | 6 | | 12 |

Name des UV:

Wie schaffe ich das Laufabzeichen? Vorbereitung und Realisierung eines individuell nivelliertes Laufabzeichens

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 3

Die Schülerinnen und Schüler können...

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

Urteilskompetenz (UK) 1

Die Schülerinnen und Schüler können...

- die individuelle Gestaltung des Lauftempo bei einer Mittelzeitausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, d1, d2, f2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Leistung (d)

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

- Methoden zur Leistungssteigerung (am Bei-spiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

Gesundheit (f)

- grundlegende Aspekte der Gesundheitsförde-rung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: 3.3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV : Wie schaffe ich das Laufabzeichen? - Vorbereitung und Realisierung eines individuell nivelliertes Laufabzeichens
(6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|--|
| Erwerb eines Laufabzeichens 12. keine Tempovorgaben 13. Bedingung: Durchlaufen => keine Pausen | Schulung der Körperwahrnehmung durch vielfältige Laufaufgaben | Läufe in der Gruppe mit vorgegebenem Tempo (Schrittmacher) Zeitschätzläufe Umkehrläufe Dauerläufe mit zunehmender Dauer Fachbegriffe Ballenlauf Rückfußlauf Joggen | unterrichtsbegleitend - Anstrengungsbereitschaft - angemessene Lösung der Bewegungsaufgaben punktuell Laufabzeichen: Niveau 1: 10 Minuten Niveau 2: 20 Minuten Niveau 3: 30 Minuten |

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

Thema des UV 3.4 **„Wie gut schlage ich mich beim Wettkampf? - Vorbereitung und Durchführung eines leichtathletischen Dreikampfs“** (12 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Auswahl je einer Disziplin aus Laufen, Springen, Werfen • Unterschiedliche Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit wahrnehmen • Phasierung von Bewegungen • Bewegungsmerkmale beim Laufen, Springen und Werfen • Leistungsdruck bei normierten Messung erfahren • Konkurrenzsituationen wahrnehmen und bewältigen | <ul style="list-style-type: none"> • Organisatorische Rahmenbedingungen für die Durchführung eines Wettkampfes • Transparenz hinsichtlich der Leistungskriterien <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partner- und Gruppenarbeit • Erproben und Trainieren • Absolute Leistungsmessung | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sprint/Hürdensprint: Start, Technik, Zieleinlauf • Dauerlauf: Kraft richtig einteilen, Technik • Sprung: Anlauf, Absprung, Landung • Wurf: Anlauf, Wurftechnik • Sicherheitsaspekte im Übungsbetrieb <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsphasen • Bewegungsmerkmale • Leistungskriterien • Wettkampfordnung | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft - Einhalten der Organisationsformen - Mitarbeit in Partner- und Gruppenarbeit - Regelmäßiges Üben/Trainieren <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leichtathletischer Dreikampf |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 3.5 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|------------------------------------|--------------|-------------------|------------------|---------------------|
| Laufen, Springen, Werfen- Leichtathletik | E,D | 7 | 10 | 03.01.14 | |

Name des UV: 3.5

Sich ins Team einbringen - Gestaltung und Durchführung eines leichtathletischen Gruppenwettkampfes

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Wettkampf unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen und unter Berücksichtigung von Interessens- und Leistungsunterschieden verändern.

Methodenkompetenz (MK) 1,

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende leichtathletische Messverfahren- sowie Wettkampffregeln erläutern und sachgerecht anwenden.
- Möglichkeiten des Leistungsvergleichs unter verschiedenen Aspekten (z.B. individuell, sozial, absolut, relativ) anwenden.

Urteilskompetenz (UK) 2

Die Schülerinnen und Schüler können die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: d3, e1, e4

Leistung (d)

differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung- und bewertung)

Kooperation und Konkurrenz (e)

Mit- und Gegeneinander in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen

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

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

Thema des UV 3.5 „Sich ins Team einbringen - Gestaltung und Durchführung eines leichtathletischen Gruppenwettkampfes“ (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|---|
| <p>swahl verschiedener Disziplinen aus dem Laufen, Springen, Werfen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Aufgaben in Gruppenarbeit wahrnehmen - Phasierung von Bewegungen - Bewegungsmerkmale beim Laufen, Springen, Werfen und Stoßen - Leistungsdruck erfahren - Konkurrenzsituationen wahrnehmen und bewältigen | <ul style="list-style-type: none"> - Organisatorische Rahmenbedingungen für die Durchführung eines Wettkampfes entwickeln - Transparenz hinsichtlich der Leistungskriterien <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gruppenarbeit - Erproben und Trainieren - normierte und nicht-normierte Leistungsmessung/ absolute und relative Leistungsmessung | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dauerlauf: z.B. „Tennisball-Mannschaftslauf“ über 8-10 Minuten: Krafteinteilung, Lauftechnik - Sprung: z.B. „Zonenweitsprung“ (Punkte nach erreichter Zone): Anlauf, Hangsprungtechnik - Wurf: z.B. Drehwerfen mit Tennisring (Mannschafts-Ausscheidungswettkampf): Wurftechnik - z.B. Stoßen mit dem Medizinball (Mannschafts-Additionswettkampf): Stoßtechnik <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsphasen - Bewegungsmerkmale - Leistungskriterien - Wettkampfordnung | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mitarbeit in Partner- und Gruppenarbeit/Ideen - Anstrengungsbereitschaft - entwickeln und einhalten von Organisationsformen - regelmäßiges Üben/Trainieren <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - leichtathletischer Gruppenwettkampf |

3.6

| Bewegungsfeld/Sportbereich | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|------------------------------------|--------------|-------------------|------------------|---------------------|
| Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik 7/8/9 | D | 8 | 6 | 3.1 | 3.6 |

Name des UV:

Hochsprung relativ super - Erlernen und anwenden des Fosbury Flops mit Beurteilung nach relativen Kriterien

- **Kompetenzerwartungen:** BWK 1, MK 1u.2, UK 1
- **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): 2**
- Grundlegende Bewegungsmerkmale der Hochsprungtechnik Fosbury Flop kennenlernen und die eigene Sprunghöhe durch technische und z.T. auch konditionelle Übungen verbessern
- **Methodenkompetenz (MK):**
- leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (1)
- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (2)
- **Urteilskompetenz (UK): 1**
- Die SuS können die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a2, a3, d1, d3 (leitend; ergänzend)

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Körpererfahrung erweitern (a)

- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)
- Leistung (d)
- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)
- Methoden zur Leistungssteigerung (2)
- Differenziertes Leistungsverständnis (relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)

3.6 Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema des UV :

„Hochsprung relativ super - Erlernen und anwenden des Fosbury Flops mit Beurteilung nach relativen Kriterien“
(6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Schersprung und Steigesprung -Flop aus 3 und 5 Schritten Anlauf mit den wesentl.Bewegungsmerkmalen. - verschiedene Hochsprungergebnisse zunächst grob auf technische bzw. konditionelle Faktoren zurückführen - Einflussfaktoren auf die Hochsprungleistung benennen -kurzfristige Einflussmöglichkeiten analysieren und - eine differenzierte Beurteilung der Sprunghöhen anstreben | <ul style="list-style-type: none"> -deduktiver Einstieg über verschiedene Hochsprungstechniken (Schersprung, Wälzer, Steigesprung) -Trainingsstationen zur indiv. Übungsgestaltung - Beobachtungsbögen zu den Technikmerkmalen Für die Partner-/Lehrerbeobachtung oder Videoanalyse -> "Bewegungsbeobachtung":Wie beobachtet man die Merkmale der Bewegung richtig (Wo steht man, wohin schaut man, etc.) -Hausaufgabe und Diskussion im Plenum: Erarbeiten einer punktuellen Beurteilungsgrundlage, die die gesprungene Höhe relativ/ differenziert bewertet; ggf. eingrenzend: relativ zu Körpergröße und /oder Körpergewicht. -> Auswahl einer Beurteilungsgrundlage zur Schlussbeurteilung neben der Technik. | <ul style="list-style-type: none"> -Steigerungsläufe, Kurvenläufe. Hopslerlauf mit Absprunbetonung, etc. - Steigesprünge aus versch. Anlaufängen - Schersprung aus seitl. Anlauf - Standflop - Landung in L-Position von Erhöhung - Sprungkraftübungen, wie z.B. Kasten Skip, Steigesprünge, Ricochets (Treppensprünge), Schrittwechse-Isprünge,Kniehock-Jump, Bound, Tief-Jump-Leap, etc. -Bewegungshilfen für eine erleichterte Flugphase zur Technikverbesserung und -übung Fachbegriffe: -mind.: Fusbury Flop, Kurvenlauf, Brückenposition, L-Position, Körperschwerpunkt, Steigesprung, Steigerungslauf - Anlauf-Absprung-Flugphase -Landung - relative und absolute Leistungsbewertung | <p>unterrichtsbegleitend: ggf. Anlegen eines Trainingsheftes mit</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <ol style="list-style-type: none"> a. Merkmalen der Flop Technik b. erfüllte Technikmerkmale lt. Beobachtungsbogen durch Partner oder Lehrer c. Eintragen der Sprunghöhen 2 <ol style="list-style-type: none"> a.Trainingsdokumentation (Was, wie oft?) nach individuellem Könnensstand. b. eigene Zielsetzung (angestrebte Höhe) 3. Relative/differenzierte Bewertung. 4. Tabelle für punktuelle Bewertung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erreichte Höhe beim Flop (3 Versuche max.) nach den erarbeiteten relativen Bewertungsmaßstäben. - Technikmerkmale beim Sprung lt. Beobachtungsbogen |

| Bewegungsfeld / Sportbereich 3.7 | Päd. Perspektive leitend /ergänzend | Jahrg. - Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. des UV |
|---|--|----------------|-------------------|------------------|---------------------|
| Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik | D | 8 | 8 | | |

Name des UV:

Wie kann ich noch weiter springen - Vertiefung der Weitsprungtechnik durch Reflexion von beobachtbaren Belastungsmerkmalen

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 2

Eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z. B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen.

Methodenkompetenz (MK) 2

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

Urteilskompetenz (UK) 1

Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: d1, d3

Leistung (d)

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

- differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: 3.7 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV: Wie kann ich noch weiter springen - Vertiefung der Weitsprungtechnik durch Reflexion von beobachtbaren Belastungsmerkmalen

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung | | | | | | | | | |
|--|---|---|---|--|---|---|---------|--------|--------|--------|--------|--------|
| <p>Inhalte: Belastungsmerkmale beim Weitsprung: Schnelligkeit, Sprungkraft</p> <p>Anlauf(9-13 Schritte) Einbeiniger Absprung Schrittweitsprung Landung mit beiden Füßen</p> <p>Fachbegriffe: Anlauf Absprung Flug Landung</p> | <p>Absprung aus der Absprungzone Technikentwicklung: - mit Absprungerhöhung üben - über Hindernisse springen</p> <p>Alternative Messung der Sprungkraft erarbeiten und durchführen Trainingsmöglichkeiten zur Verbesserung der Sprungkraft</p> <p>Fachbegriffe: Sprungkraft</p> | <p>Steigesprung Steigesprung mit Weitsprunglandung Schrittweitsprung</p> <p>Fachbegriffe: Sprungbein Schwungbein</p> | <p>Unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterrichtsdienliches Verhalten • Grad der Anstrengung • individueller Leistungszuwachs: Persönliche Steigerung der Sprungweite (in cm) <p>Punktuell - Messung der Sprungweite</p> <table border="1" data-bbox="1570 818 2022 922"> <tr> <td></td> <td>2</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>Mädchen</td> <td>3,58 m</td> <td>2,76 m</td> </tr> <tr> <td>Jungen</td> <td>3,80 m</td> <td>2,90 m</td> </tr> </table> | | 2 | 4 | Mädchen | 3,58 m | 2,76 m | Jungen | 3,80 m | 2,90 m |
| | 2 | 4 | | | | | | | | | | |
| Mädchen | 3,58 m | 2,76 m | | | | | | | | | | |
| Jungen | 3,80 m | 2,90 m | | | | | | | | | | |

3.7

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema des UV :

„Wie kann ich noch weiter springen? - Vertiefung der Weitsprungtechnik durch Reflektion von beobachtbaren Bewegungsmerkmalen“ (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - verschiedene Weitsprungergebnisse zunächst grob auf technische bzw. konditionelle Faktoren zurückführen -Die eigene Leistung anhand von Tests analysieren und dadurch gezielter Verbesserungen anstreben - Einflussfaktoren auf die Weitsprungleistung benennen | <ul style="list-style-type: none"> -Trainingsstationen zur indiv. Trainingsgestaltung - Beobachtungsbögen zu den Technikmerkmalen Für die Partner-/Lehrerbeobachtung oder Videoanalyse - Trainingsheft führen <p>Fachbegriffe: -> Wie ist das "Trainingsheft" zu führen? (Was muss ich bei der Auswahl der Übungen für mein Training beachten? Wie oft muss ich eine Übung wiederholen? etc.) -> "Bewegungsbeobachtung":Wie beobachtet man die Merkmale der Bewegung richtig (Wo steht man, wohin schaut man, etc.)</p> | <ul style="list-style-type: none"> -Steigerungsläufe - Steigesprünge aus versch. Anlaufängen - Sprungkraft- und Schnelligkeitsübungen, wie z.B. Kasten Skip, Steigesprünge, Ricochets (Treppensprünge), Sprunglauf, Schrittwechse-Isprünge,Kniehock-Jump, Bound, Tief-Jump-Leap, etc. -Bewegungshilfen für eine erleichterte Flugphase zur Technikverbesserung und -übung <p>Fachbegriffe: -mind.: Steigesprung, Steigerungslauf, Hopserlauf, Sprunglauf -Absprunzone - Anlauf-Absprung-Flugphase -Landung</p> | <p>unterrichtsbegleitend: Anlegen eines Trainingsheftes mit</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <ol style="list-style-type: none"> a. Testweite bei Standweitsprung und Weitsprung vor dem Training b. erfüllte Technikmerkmale lt. Beobachtungsbogen durch Partner oder Lehrer c ggf. Sprintzeit 20m 2. Phasen des Weitsprungs beschreiben 3 Erläuterung von vorgestellten Übungen zur Verbesserung der Weitsprungtechnik und der konditionellen Faktoren Schnelligkeit und Sprungkraft. 3. Trainingsdokumentation (Was, wie oft?) nach individuellem Könnensstand 4. Erreichte Weite bei Weitsprung nach dem Training (ggf. auch Standweitsprung) und Technikmerkmale <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erreichte Weite bei Weitsprung lt. 4. und Verbesserung zur Testweite - Technikmerkmale beim Sprung lt. Beobachtungsbogen |

3.8

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik
 Ausdauersport tut mir gut - Trainieren für ein Laufabzeichen unter Berücksichtigung körperlicher Belastungsmerkmale (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Körperliche Belastungsmerkmale kennen lernen und benennen können - Unterschied zw. Belastung und Beanspruchung - Anpassung der Laufgeschwindigkeit/ - Belastungsintensität an die individuelle Leistungsfähigkeit - Verbesserung der Ausdauerfähigkeit | <ul style="list-style-type: none"> - Beobachtungsbögen zu körperlichen Belastungsmerkmalen - Trainingsprotokoll zur Dokumentation (Laftagebücher) - Laufen mit Pulsuhren - Streckenläufe/Rundenläufe - Orientierungsläufe - Run and Bike - Zeitläufe - Staffelläufe - Laufspiele | <ul style="list-style-type: none"> - Ruhe-, Belastungs- und Erholungspuls - aerob/anaerob - Dauermethode/Intervalle | <p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durchhaltevermögen - Führen eines Trainingsprotokolls <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - normierte MZA-Leistung erbringen (z.B. Cooper-Test) - Mindestleistung: Laufen ohne Unterbrechung/Gehpause |

| Bewegungsfeld / Sportbereich 3.9 | Päd. Perspektive leitend /ergänzend | Jahrg. - Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. des UV |
|---|-------------------------------------|----------------|-------------------|------------------|---------------------|
| Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik | E, D | 9 | 8 | | |

Name des UV:

Die Kugel wird gestoßen - Erlernen der grundlegenden Belastungsmerkmalen des Kugelstoßens

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 1

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

Methodenkompetenz (MK) 1

Leichtathletische Wettkampffregeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten.

Urteilskompetenz (UK) 1

Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: d1, d3, e1, e2, e4

Leistung (d)

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

- differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: 3.9 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV: Die Kugel wird gestoßen - Erlernen der grundlegenden Belastungsmerkmalen des Kugelstoßens

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung | | | | | | | | | |
|---|---|--|---|--|---|---|---------|--------|--------|--------|--------|--------|
| <p>Seitstoßtechnik</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Unterscheidung von Stoßen und Werfen • Bewegungsablauf der Seitstoßtechnik <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Phasierung • Kraft • Schnellkraft | <p>Schockwürfe mit Medizinbällen</p> <p>Stöße mit Medizinbällen</p> <p style="padding-left: 20px;">Wechselseitig links und rechts, beidhändig</p> <p>Standstoß</p> <p>Erlernen des Angleitens</p> <p>Stoßen aus dem Kreis</p> <p>Stoß auf Weite</p> <p>Kugeln:</p> <p>Mädchen: 3 kg</p> <p>Jungen: 4 kg</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Unterscheidung des Stoßens vom Werfen • Stoßen mit Kugel und anderen Objekten auf Höhe, Weite oder Ziele • Wettkampfregeln und Variation der Wettkampfregeln: Differenziertes Leistungsverständnis und Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seitstoßtechnik (einzelne Bewegungsmerkmale, Bewegungsphasen) | <p>prozessbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterrichtsdienliches Verhalten • Grad der Anstrengung • Durchhaltevermögen <p>punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> • technische Qualität des Stoßens und Schleuderns (Ausführung und Flugrichtung Sportgerät) in Technikprüfung überprüfen • Ggf. zusätzlich Weitemessung, auch mit relativer Wertung <table border="1" data-bbox="1570 1222 2022 1329"> <tr> <td></td> <td>2</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>Mädchen</td> <td>6,90 m</td> <td>3,80 m</td> </tr> <tr> <td>Jungen</td> <td>7,20 m</td> <td>5,55 m</td> </tr> </table> | | 2 | 4 | Mädchen | 6,90 m | 3,80 m | Jungen | 7,20 m | 5,55 m |
| | 2 | 4 | | | | | | | | | | |
| Mädchen | 6,90 m | 3,80 m | | | | | | | | | | |
| Jungen | 7,20 m | 5,55 m | | | | | | | | | | |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 4.1 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---------------------------------------|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Bewegen im Wasser - Schwimmen</i> | <i>A</i> | <i>5</i> | <i>6</i> | | <i>8</i> |

Name des UV: Nie wieder Bleiente - Sammeln grundlegender Bewegungserfahrungen im Wasser

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 1, 4

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

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

Methodenkompetenz (MK) 1, 2

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

2 Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden.

Urteilskompetenz (UK) 1

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

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, a3 (leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

14. Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

15. Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)

16. Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: 4.1 *Bewegen im Wasser - Schwimmen*

Thema des UV : „Nie wieder Bleiente - Sammeln grundlegender Bewegungserfahrungen im Wasser“ (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|---|---|
| grundlegende technischkoordinative Fertigkeiten elementare <i>Gesetzmäßigkeiten</i> des Bewegens im Wasser schwimmunterrichtsspezifischer Organisationsrahmen | Erproben und Experimentieren: anhand eigener Erfahrungen Rück- schlüsse auf die Besonderheiten der Bewegungssituation im Wasser ziehen | Gegenstände Auftrieb Absinken Vortrieb Rotation Fachbegriffe Auftrieb Absinken Vortrieb Rotation | unterrichtsbegleitend Einhalten der vereinbarten Regeln Experimentierfreudigkeit und Kreativität punktuell |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 4.2 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---------------------------------------|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Bewegen im Wasser - Schwimmen</i> | <i>AD</i> | <i>5</i> | <i>8</i> | | <i>9</i> |

Name des UV: Vom Bauch auf den Rücken – Rückenkraulschwimmen erlernen (je nach Vorkenntnissen aus der Grundschule)

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 2

2 Eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen.

Methodenkompetenz (MK) 1

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

Urteilskompetenz (UK) 1

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

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:a1, a2, a3, d1 (leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

17. Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

18. Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)

19. Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Leistung (d)

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

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: 4.2 Bewegen im Wasser - Schwimmen

Thema des UV : Vom Bauch auf den Rücken - Rückenkraulschwimmen erlernen (je nach Vorkenntnissen aus der Grundschule)
(6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|--|
| <p>Rückenkraulschwimmtechnik Start und Wende schwimmunterrichtsspezifischer Organisationsrahmen</p> | <p>erlernen von Bewegungen unter Anleitung mit Unterstützung von Flossen, Auftriebshilfen, Bildreihen und Beobachtungsbögen</p> | <p>Gegenstände Übungsformen zu o Beinschlag in Bauch und Rückenlage (Flossen als methodische Hilfe) o Armzug o Gesamtbewegung o Start o Wende Fachbegriffe Kippwende Wechselzugtechnik</p> | <p>unterrichtsbegleitend Umsetzen von Bewegungsaufgaben Engagement und Motivation beim Erlernen einer Technik zeigen Beachten der Verhaltensregeln punktuell Techniküberprüfung Kriterien Rhythmus Koordination Dynamik Bewegungsfluss</p> |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 4.3 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---------------------------------------|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Bewegen im Wasser - Schwimmen</i> | <i>FD</i> | <i>5</i> | <i>8</i> | | <i>10</i> |

Name des UV: Vom Bauch auf den Rücken - Rückenkraultschwimmen erlernen (je nach Vorkenntnissen aus der Grundschule)

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 3

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

Methodenkompetenz (MK) 2

2 Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden.

Urteilskompetenz (UK) 1

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

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:d1, d2, f2 (leitend; ergänzend)

Leistung (d)

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

Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

Gesundheit (f)

Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: 4.3 Bewegen im Wasser - Schwimmen

Thema des UV : Dem inneren Schweinehund davonschwimmen - In einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen

(8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|--|---|
| <p>Inhalte: schwimmunterrichtsspezifischer Organisationsrahmen Anpassung der Schwimmgeschwindigkeit an die individuelle Leistungsfähigkeit gesundheitsförderliche Aspekte der Sportart Schwimmen</p> | <p>selbstständiges Üben und Trainieren Individualisierung des Unterrichts: Stecken eigener sinnvoller Ziele Dauermethode („Nudeltopf“ - Schwimmen ohne Wand- oder Bodenkontakt mit zunehmender Länge)</p> | <p>Gegenstände unterschiedliche Intensitäten unterschiedliche Umfänge (Zeit und Strecke) Staffeln</p> | <p>unterrichtsbegleitend Durchhaltevermögen Anstrengungsbereitschaft Beachten der Verhaltensregeln punktuell -8-12-Minuten-Schwimmen Kriterien: ohne Wand- oder Bodenkontakt erreichte Stufe Individuelle Leistungssteigerung</p> |

| | | | | | |
|--|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Bewegungsfeld/Sportbereich: 4.4 | <i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i> | <i>Jahrg.-Stufe</i> | <i>Dauer des UV Std.</i> | <i>Vernetzen mit UV</i> | <i>Laufende Nr. der UV</i> |
| <i>Bewegen im Wasser-Schwimmen</i> | <i>A</i> | <i>9</i> | <i>10</i> | | |

„Ich will meine Technik verbessern - eine Wechselzugtechnik mit Start und Wende beherrschen können“

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, a3 , d1

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Leistung (d)

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

Thema des UV 4.4: „ Ich will meine Technik verbessern – eine Wechselzugtechnik mit Start und Wende beherrschen können“ (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände | Leistungsbewertung |
|---|--|--|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vortrieb des Beinschlags erfahren • die Wirksamkeit des Armzugs entdecken • rhythmische Verbindung von Arm- und Beinbewegung • Atemrhythmus • Start und Wende <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wechselzugtechnik • Teillernmethode | <ul style="list-style-type: none"> • Selbst- und Fremdbeobachtung • Fehlerkorrektur mithilfe von Beobachtungsbögen • Einsatz von Schwimmhilfen • Teillernmethode | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kraulbeinschlag erlernen und üben • Kraularmzug erlernen und üben • verschiedene Atemrhythmen erproben • den eigenen Schwimmstil finden | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsmerkmale erkennen und beschreiben <p>punktuell: Präsentation des Kraulschwimmens</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungskriterium: Bewegungsqualität • 50m Kraul |

| Bewegungsfeld/Sportbereich: 4.5 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---------------------------------|------------------------------------|--------------|-------------------|------------------|---------------------|
| Bewegen im Wasser | D,F | 9 | 4 | | |

Wir fördern unsere eigene Gesundheit durch Ausdauertraining – Ausdauerleistung individuell steigern

Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- eine Langzeitausdauerbelastung (LZA I bis 30 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit - erbringen (3)

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: c2, d 1, d 2,d3, f 2, f 3

Wagnis und Verantwortung (c)

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

Leistung (d)

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

Gesundheit (f)

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

Thema des UV 4.5: „Wir fördern unsere eigene Gesundheit durch Ausdauertraining – Ausdauerleistung individuell steigern“

(4 Stunden)

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

| Bewegungsfeld/Sportbereich: | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|-----------------------------|------------------------------------|--------------|-------------------|------------------|---------------------|
| <i>Bewegen im Wasser</i> | AE | 9 | 6 | | |

Sich und andere Retten können - Rettungsschwimmen nach den Vorgaben des DLRG

Kompetenzerwartungen: BWK 4, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1,c1,c3,e1,e2, f 1, f 2, f 3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Wagnis und Verantwortung (c)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Gesundheit (f)

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

Thema des UV 4.6: „Sich und andere Retten können - Rettungsschwimmen nach den Vorgaben des DLRG“ (6 Stunden)

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

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

Thema des UV 5.1 „Bodenturnen: eine (körper-) spannende Angelegenheit - Grundelemente lernen und in einer Kurz-Kür vorführen“ (9 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|---|
| <p>Unterschiedliche Formen des Rollens</p> <p>Unterschiedliche Anforderungen des Bodenturnens</p> <p>Durch Sicherheits- und Hilfestellung Verantwortung für den Partner übernehmen</p> <p>Phasierung von Bewegungen</p> <p>Bewegungsmerkmale beim Rollen, Kopf- und Handstand, Rad</p> | <p>Erproben und Experimentieren: den Körper wahrnehmen, Körperspannung aufbauen</p> <p>Stationenlernen: Bewegungsaufgaben an unterschiedlichen Stationen bewältigen</p> <p>Kriterien für die Bewertung einer Kür gemeinsam erarbeiten</p> <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <p>Stationenlernen</p> <p>Erproben und Experimentieren (Schüler-/Lehrerinfo)</p> <p>Erstellen einer Kurz-Kür nach zuvor erarbeiteten Kriterien</p> | <p>Gegenstände</p> <p>Körperspannung aufbauen</p> <p>Rolle vw/rw/sw</p> <p>Kopf-/Handstand</p> <p>Rad</p> <p>Hilfe- und Sicherheitsstellung</p> <p>Fachbegriffe</p> <p>Bewegungsphasen</p> <p>Bewegungsmerkmale</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Anstrengungsbereitschaft 2. Sicherheits- und Hilfestellung 3. Mitarbeit in Partner- und Gruppenarbeit 4. selbstständiges Arbeiten an Stationen <p>punktuell:</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Präsentation einer Kurz-Kür |

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 5.2 Bewegen an Geräten

Thema des UV: Turnen wie Tarzan: an unterschiedlichen Geräten sicher stützen, schwingen, springen (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| <p>Turnerische Bewegungsmöglichkeiten an ausgewählten Geräten erfahren, einüben und in einer Bewegungsdemonstration gestalten</p> <p>Sicherheits- und Hilfestellungen verantwortungsbewusst durchführen</p> <p>Bewegungsbeschreibungen vornehmen</p> <p>In Kleingruppen Geräte sicher auf- und abbauen können</p> | <p>Stationen Lernen: Erarbeitung und Präsentation der (Bewegungs)-Aufgaben im Team</p> <p>Beobachtungsbogen für kranke Sch.</p> <p>Arbeitsblätter zur Initiierung und Auswertung der GA</p> <p>Gegenseitige Bewegungshilfen</p> <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <p>Stationen Lernen</p> <p>Beobachtungsbogen (Fremdbeobachtung)</p> <p>Erstellung einer Kürzkür nach erarbeiteten Kriterien</p> | <p>Gegenstände</p> <p>an ausgewählten Geräten (z.B. Taue, Schaukelringe, Reck, Barren, Bank, Balken...) spielerisch aber dennoch sicherheitsbewußt rollen, stützen, balancieren, hängen, schwingen und springen</p> <p>zentrale Merkmale der technisch- koordinativen und ästhetisch-gestalterischen Grundanforderungen beschreiben</p> <p>in turnerische Wagnissituationen verantwortungsbewußt handeln und Kriterien benennen</p> <p>eine eigene Bewegungsdemonstration an den verschiedenen Geräten erarbeiten und präsentieren können</p> <p>Bewertungskriterien für die Kür an der Gerätekombination benennen und einschätzen</p> <p>Benötigte Geräte sicher und schnell auf- und abbauen</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ol style="list-style-type: none"> 6. Anstrengungsbereitschaft 7. Einhaltung vereinbarter Sicherheitsaspekte 8. Erarbeitungs- u. Präsentationsleistungen in den Arbeitsgruppen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation einer Kür u.U. als Gerätekombination |

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: **BF 5.3 Bewegen an Geräten**

Thema des UV : "**Akrobatische Weltreise - akrobatische Gruppendarstellung von Sehenswürdigkeiten aus aller Welt**" (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|--|---|
| <p>Akrobatische Darstellungen in Kleingruppen erfahren, einüben und anhand vorgegebener baulicher Sehenswürdigkeiten in einer Bewegungsdemonstration gestalten</p> <p>Bildliche Darstellungen von Sehenswürdigkeiten (Bauwerken) in akrobatische Gruppendarstellungen umsetzen</p> <p>Matten und Geräte in Kleingruppen sicher auf- und abbauen können</p> <p>Sicherheits- und Hilfestellungen verantwortungsbewusst durchführen</p> | <p>Stationenlernen: Erarbeitung und Präsentation der (Bewegungs)-Aufgaben im Team</p> <p>Grafische Umsetzung baulicher Sehenswürdigkeit in Gruppendarstellungen (Skizzen der Gruppenpyramiden anfertigen)</p> <p>Arbeitsblätter zur Initiierung und Auswertung der GA</p> <p>Führen einer Akrobatikmappe</p> <p>Gegenseitige Bewegungshilfen</p> <p>Beobachtungsbogen für kranke Sch.</p> <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <p>Stationenlernen</p> <p>Grafische Umsetzung</p> <p>Beobachtungsbogen (Fremdbeobachtung)</p> <p>Erstellung einer Gruppenkür nach erarbeiteten Kriterien</p> | <p>Gegenstände</p> <p>20. Körperspannung erfahren, Vertrauen zum Partner gewinnen u. erste Erfahrungen mit 2er-Pyramiden sammeln</p> <p>21. Erarbeitung und Durchführung von 2er-, 3er- und 4er-Pyramiden mit anschließenden Präsentationen</p> <p>22. Richtige Ausführung der Bankstellung sowie sicheres Auf- und Absteigen mit entsprechenden Hilfe- und Sicherheitsstellungen</p> <p>23. Mit Gruppenpyramiden bauliche Sehenswürdigkeiten (z.B. Christusstatue, Eifel-turm...) anhand von Fotos nachbauen</p> <p>24. Kriterien für eine gute akrobatische Gruppendarstellung gemeinsam entwickeln und einschätzen können</p> <p>25. Einen turnerischen Auftakt zum Pyramidenbau finden, den Pyramidenbau festigen und den Ablauf der Gestaltung festlegen</p> <p>26. Eine "Akrobatische Weltreise" als Gruppendarstellung von Sehenswürdigkeiten aus aller Welt präsentieren und hinsichtlich der erstellten Bewertungskriterien reflektieren</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Anstrengungsbereitschaft 2. Einhaltung vereinbarter Sicherheitsaspekte 3. Erarbeitungs- u. Präsentationsleistungen in den Arbeitsgruppen und im Plenum <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentationleistung innerhalb der Gruppenkür • Akrobatikmappe |

| Bewegungsfeld/Sportbereich | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. - Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|-----------------------------------|---|-----------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 5.4 Bewegen an Geräten -Turnen | A,C,D | 8 | 8 | | 34 |

Name des UV: *Gehopst wie gesprungen - Die Fortbewegungskunst Le Parkour*

• **Kompetenzerwartungen:** BWK 1,2,4 ; MK 1,3 ; UK 1

• **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 1,2,4**

an Turngeräten (u.a. Boden, Sprunggerät, Reck oder Stufenbarren, Balken oder Parallelbarren) oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden (1)

an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (2)

zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern (4)

• **Methodenkompetenz (MK) 1,3**

in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen (1)

sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern (3)

• **Urteilskompetenz (UK) 1**

Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1,a2,a3,c2,c3,d1,f1

(leitend; ergänzend)

a. Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

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

- c. **Wagnis und Verantwortung**
 - Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst)
 - Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)

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

- f. **Gesundheit**
 - Unfall- und Verletzungsprophylaxe

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 5 Bewegen an Geräten -Turnen
Thema des UV : Gehopst wie gesprungen - Die Fortbewegungskunst Le Parkour (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Die SuS entwickeln Risikokompetenz in der Auseinandersetzung mit Möglichkeiten der Hindernisüberquerung und eigener Selbsteinschätzung • Die SuS erkennen den Einfluss physischer Leistungsvoraussetzungen für die sportliche Leistungsfähigkeit • Vermittlung von Sicherheits- und Hilfestellungen | <ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen (Parkourtechniken) • Selbsteinschätzungsbögen • Partnerbeobachtungsbögen | Gerätearrangements Parkourläufe Parkourtechniken Sicherheits- und Hilfestellungen | unterrichtsbegleitend: Anstrengungsbereitschaft, Unterstützung der Mitschüler im Lernprozess (Hilfestellungen), individuelle Bezugsnormorientierung punktuell: Demonstration von Parkourtechniken / Möglichkeiten der Hindernisüberquerung in einem Parkourlauf |
| Gute Leistungen | | Leistungsanforderungen | Ausreichende Leistungen |

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Schülerinnen und Schüler verfügen in komplexen technisch- koordinative Anforderungen (u.a. Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus) über ausgeprägte technisch- koordinative Fertigkeiten; der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen ist sicher und zeigt hohe Bewegungsqualität.

technisch-koordinativ
(L 2)

Schülerinnen und Schüler weisen technisch- koordinative Mängel auf (u.a. bei Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus), die den Anforderungen kaum entsprechen; der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen wird auf Grund von Fehlern in der Bewegungsausführung qualitativ gemindert. Der Bewegungsfluss muss unterbrochen werden.

Methodenkompetenz

Schülerinnen und Schüler verfügen in nahezu allen sportlichen Handlungssituationen über differenzierte Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken und nutzen diese situativ angemessen beim gemeinsamen Sporttreiben.

Sozial-kommunikative Verfahren
anwenden (L 9)

Schülerinnen und Schüler verfügen beim sportlichen Handeln oft nicht über sachgerechte Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken. Sie lassen diese beim gemeinsamen sportlichen Handeln ungenutzt.

Urteilskompetenz

Schülerinnen und Schüler beurteilen ihre sportbezogene Handlungskompetenz und die der Mitschülerinnen und Mitschüler selbstständig, differenziert - auch unter Druckbedingungen - situationsangemessen ein.

eigenes sportliches Handeln
und das der Mitschülerinnen
und Mitschüler
(L 10)

Schülerinnen und Schüler beurteilen ihre sportbezogene Handlungskompetenz und die der Mitschülerinnen und Mitschüler kaum sachgerecht ein. Ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung ist nur sehr schwach ausgeprägt.

Beobachtbares Verhalten

| | | |
|---|--|---|
| <p>Schülerinnen und Schüler unterstützen einen geordneten Unterrichtsablauf und übernehmen Verantwortung für sich und andere. Sie unterstützen das Herrichten und Aufrechterhalten der Sportstätte selbstständig.</p> | <p>Selbst- und Mitverantwortung (9 L 13)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler unterstützen einen geordneten Unterrichtsablauf nur auf Anweisung und übernehmen kaum Verantwortung für sich und andere. Sie unterstützen das Herrichten und Aufrechterhalten der Sportstätte nur nach Anweisung.</p> |
|---|--|---|

| Bewegungsfeld/Sportbereich 5.5 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---------------------------------------|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Bewegen an Geräten - Turnen | ABC | 9 | 10 | | 9 |

Name des UV: Wir machen große Sprünge - Sicher auf dem großen Trampolin

Kompetenzerwartungen:

- Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 2,3**
- Methodenkompetenz (MK) 1,2**
- Urteilskompetenz (UK) 1,2**

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, a3, d1 (leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Leistung (d)

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

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten - Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit - Sicher- und verantwortungsbewusster Umgang mit dem Gerät - Aufbau von Körperspannung - Förderung von Kreativität - Heranführen an das Gestalten einer Kür | <ul style="list-style-type: none"> - Gewöhnung an das Tuch auf dem kleinen Trampolin, Reihenschaltung - Sicherheitsregeln - Tuchgewöhnung auf dem gr. Trampolin - Stoppsprünge - Einführung von einfachen Sprüngen wie Hocke, Grätsche, Sitz, Halbe Drehung Sitz, Stand, Rückensprung - Aneinanderreihung einer Kür mit versch. Sprüngen | <ul style="list-style-type: none"> - Minitramp - Gr. Kasten - Weichböden - Sicherung - Gr. Trampolin <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - S. Meth. Entscheidung (Sprünge) - Erarbeitung einer Kür | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Motivation/Leistungsbereitschaft - Verhalten in der Gruppe - Abfragen von Sicherheitsregeln <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration von kurzen Übungssequenzen - Zusammensetzung und Demonstration einer Kurz-Kür aus vorher gelernten Sprüngen |

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 5: Bewegen an Geräten - Turnen
Thema des UV 5.5: Wir machen große Sprünge - Sicher auf dem großen Trampolin

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten - Verbesserung des Rhythmusgefühls - Anpassung des Lauftempo an Musik - Förderung von Kreativität - Heranführen an das Gestalten einer Kür | <ul style="list-style-type: none"> - Rhythmusaufnahme und Umsetzung in verschiedenen Lauf-, Sprung- und Koordinationsübungen - Benutzung unterschiedlicher Materialien (Seilchen, Bälle, Reifen...) - Zusammensetzen von Einzelementen zu einer Abfolge (Kür) | <ul style="list-style-type: none"> - Rope Skipping - Ballkorobics - Laufübungen und Sprungübungen zur Musik - Laufkoordination - Schattenlaufen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rhythmus - Takt, 4/4-Takt - Choreographie | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Motivation/Leistungsbereitschaft - Verhalten in der Gruppe <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration von kurzen Übungssequenzen - Zusammensetzung und Demonstration einer Kurz-Kür aus vorher gelernten Elementen mit Ball oder Seil zu Musik |

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 6: Gestalten, tanzen, Darstellen - Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste

Thema des UV 6.1: Den Körper sprechen lassen - gymnastisch-tänzerische Grundformen der Bewegungsgestaltung kennenlernen (7 Stunden)

| | | | |
|---|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten - Verbesserung des Rhythmusgefühls - Förderung von Kreativität - Körperspannung erfahren und aufbauen - Beweglichkeit fördern | <ul style="list-style-type: none"> - Rhythmusaufnahme und Umsetzung in verschiedenen Lauf-, Sprung- und Koordinationsübungen - Körperspannungsübungen - Beweglichkeitsübungen - Benutzung unterschiedlicher Materialien (Seilchen, Bälle, Reifen...) | <ul style="list-style-type: none"> - Lauf- und Sprungübungen zur Musik - Darstellung von Kontrasten: laut-leise, hektisch-ruhig, fröhlich - traurig, Spannung-Entspannung, etc. - Darstellung von Tieren, Sportarten etc. - Simulation von Kämpfen/ Auseinandersetzungen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rhythmus, Takt - Körperspannung - Beweglichkeit | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Motivation/Leistungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration von kurzen Übungssequenzen |
|---|--|---|---|

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten - Verbesserung des Rhythmusgefühls - Anpassung des Lauftempo an Musik - Förderung von Kreativität - Heranführen an das Gestalten einer Kür | <ul style="list-style-type: none"> - Rhythmusaufnahme und Umsetzung in verschiedenen Lauf-, Sprung- und Koordinationsübungen - Benutzung unterschiedlicher Materialien (Seilchen, Bälle, Reifen...) - Zusammensetzen von Einzelementen zu einer Abfolge (Kür) | <ul style="list-style-type: none"> - Rope Skipping - Ballkorobics - Laufübungen und Sprungübungen zur Musik - Laufkoordination - Schattenlaufen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rhythmus - Takt, 4/4-Takt - Choreographie | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Motivation/Leistungsbereitschaft - Verhalten in der Gruppe <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration von kurzen Übungssequenzen - Zusammensetzung und Demonstration einer Kurz-Kür aus vorher gelernten Elementen mit Ball oder Seil zu Musik |

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 6: Gestalten, tanzen, Darstellen - Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste

Thema des UV 6.2: Move your body! - Vielseitige Rhythmusschulung mit und ohne Geräte (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten - Verbesserung des Rhythmusgefühls - Heranführen an Fitness-Sportarten | <ul style="list-style-type: none"> - Aufnahme und Reproduktion von demonstrierten Übungen verschiedener Gegenstände - Demonstration durch Lehrer oder Schüler mit Vorerfahrungen - Benutzung unterschiedlicher Materialien (Seilchen, Bälle, Reifen...) - Zusammensetzen von Einzelementen zu einer Abfolge (Kür) | <ul style="list-style-type: none"> - Rope Skipping - Aerobic - Tae Bo - Ballkorobics <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fitness - Rhythmus - Takt, 4/4-Takt - Choreographie | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Motivation/Leistungsbereitschaft - Verhalten in der Gruppe <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zusammensetzung und Demonstration einer Kurz-Kür aus vorher gelernten Elementen einer der erlernten Fitness-Sportarten in einer Klein-Gruppe |

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 6: Gestalten, tanzen, Darstellen - Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste

Thema des UV 6.3: Dance - Workout: Erprobung einer Fitnessgymnastik mit Ziel einer Fitness-Choreografie (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Förderung von Kreativität - Heranführen an das Gestalten einer Kür - Gefühle in Bewegungen tänzerisch darstellen | <ul style="list-style-type: none"> - Verknüpfung von Musik und Bewegung: Umsetzung verschiedener Bewegungsaufgaben zur Musik - Benutzung unterschiedlicher Materialien - Zusammensetzen von Einzelementen zu einer Abfolge (Kür) | <ul style="list-style-type: none"> - Ausdruckstanz - Darstellung von Kontrasten: laut-leise, hektisch-ruhig, fröhlich - traurig, Spannung-Entspannung, etc. - Simulation von Kämpfen/ Auseinandersetzungen - Erstellung einer Choreographie zu einem Thema nach gemeinsam erarbeiteten Kriterien <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rhythmus - Choreographie - Mimik - Gestik | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Motivation/Leistungsbereitschaft - Verhalten in der Gruppe - Bewertungsbogen Gruppenarbeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration der Kür - Bewertung auch durch Mitschüler/andere Gruppen nach gemeinsam erarbeiteten Kriterien |

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 6: Gestalten, tanzen, Darstellen - Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste

Thema des UV 6.4: Dance and Emotion! - Eine Geschichte tänzerisch in Gruppen darstellen (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Förderung von Kreativität - Heranführen an das Gestalten einer Kür - Gefühle in Bewegungen tänzerisch darstellen | <ul style="list-style-type: none"> - Verknüpfung von Musik und Bewegung: Umsetzung verschiedener Bewegungsaufgaben zur Musik - Benutzung unterschiedlicher Materialien - Zusammensetzen von Einzelementen zu einer Abfolge (Kür) | <ul style="list-style-type: none"> - Ausdruckstanz - Darstellung von Kontrasten: laut-leise, hektisch-ruhig, fröhlich - traurig, Spannung-Entspannung, etc. - Simulation von Kämpfen/ Auseinandersetzungen - Erstellung einer Choreographie zu einem Thema nach gemeinsam erarbeiteten Kriterien <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rhythmus - Choreographie - Mimik - Gestik | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Motivation/Leistungsbereitschaft - Verhalten in der Gruppe - Bewertungsbogen Gruppenarbeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration der Kür - Bewertung auch durch Mitschüler/andere Gruppen nach gemeinsam erarbeiteten Kriterien |

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7 Spielen in Regelstrukturen
Thema des UV 7.1: Mit dem Team zum Erfolg - Grundlagen der Spielfähigkeit entwickeln

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung der allgemeinen Ballkoordination • Verbesserung der grundlegenden Ballfertigkeiten • Ziel treffen und Ball zum Ziel bringen • Zusammenspiel und Vorteil herauspielen • Lücken erkennen und Gegnerbehinderung umgehen • Anbieten und orientieren <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elementare Spielfähigkeit | <ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung allgemeiner Spielfähigkeit durch sportartübergreifende Kombinationsspiel: Methodische Spielreihe • Entwicklung und Verbesserung allgemeiner Ballfertigkeiten durch koordinations- und fertigungsorientierte Ballschule (nach Roth) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsform • Spielform | <ul style="list-style-type: none"> • Wandball • Mattenball • Kastenball • Brettball <ul style="list-style-type: none"> • Slalomparcours • Staffelformen • Koordinations- und spielübergreifende Technikübungen | <p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielbeobachtung • Schülerscouting: Schüler beobachten Spieler: Ballgewinn, Ballverlust, Pässe, „Torerfolg“, Verteidigung, <p>punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ballkoordinationsparcours mit Übungen unterschiedlichen Schwierigkeitsgrades. Kriterium: Punktegewinne durch eigenständige Auswahl von Übungen. |

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7 Spielen in Regelstrukturen
Thema des UV 7.2: Das „Runde“ muss ins „Runde“ - Über Verkleinerung der Ziele zum 1. Basketballspiel

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Erweiterung und Vertiefung der Grundelemente allgemeiner Spielfähigkeit mit deutlicher Ausrichtung auf das Zielspiel Basketball: Standwurf, Fangen des Balles und Korbwurf, Korbwurf gegen Störungen. Ball zum Korb nach dem Dribbeln. Ball zum Korb gegen Störung. • Fairness als Grundlage spezieller Spielfähigkeit. Bedeutung der Regeln und Funktion des Schiedsrichters | <ul style="list-style-type: none"> • Weiterentwicklung allgemeiner und basketballspezifischer Fähigkeiten durch steuernde Spielreihen und gezielt eingesetzte Übungsformen bei klarem Überwiegen der Spielformen <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationenarbeit • Beobachtungsbogen(Selbst- und Fremdbeobachtung) | <ul style="list-style-type: none"> • Kastenball • Brettball • Basketball <ul style="list-style-type: none"> • Slalomparcours (auch als Wettkampf); • Dribbelspiel mit Wegschlagen nach dem Ligaprinzip • Reise um die Welt • etc. | <p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielbeobachtung(siehe 7.1) Kriterien mit Schülern entwickelt) <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Video - feedback“ bei Grundtechniken; |

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

Thema des UV 7.3: Vom Amateur zum Profi - Ball in den Korb durch Korbleger oder nach Kombinationsspiel

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Erweiterung der gruppentaktischen und individuellen Angriffsmöglichkeiten bei gleichzeitiger Verstärkung der Abwehrarbeit : Angriff stören-Ball erobern; Korbwurf abwehren und Ball sichern im 1 : 1; Verteidigungsgrundhaltung; Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> Transition Defense/Offense | <ul style="list-style-type: none"> Siehe 7.1 und 7.2 | <ul style="list-style-type: none"> Klein-Gruppentaktische Spiele Positionsgebundene Spiele Transitionsorientierte Spielformen <ul style="list-style-type: none"> 1 : 1 1 : 1+1 1 : 1 Ganzfeldkorridor | Punktuell <ul style="list-style-type: none"> Korblegertest aus HBT: 1 Minute Korbleger abwechselnd von der rechten und linken Seite. (Normierung siehe HBT) Unterrichtsbegleitend <ul style="list-style-type: none"> |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 7.4 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Spiele in Regelstrukturen - Sportspiele | D;E | 8 | 8 | | |

Name des UV: Basketball mit Köpfchen - Einfache taktische Maßnahmen im Spiel 2 : 2 anwenden

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- sportspez. Handlungssituationen differenziert wahrnehmen
- auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen agieren
- konstitutive, strategische und moralische Regeln kennen und anwenden

Methodenkompetenz (MK)

- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden
- Spiele und Turniere selbständig organisieren; Schiedsrichtertätigkeit ausüben

Urteilskompetenz (UK)

- Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen
- den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft im Spiel beurteilen

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

Leistung

Methoden zur Leistungsentwicklung kennen lernen und aktiv durchführen; Ein differenziertes Leistungsverständnis entwickeln

Kooperation und Konkurrenz

Mit- und gegeneinander;
 soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen;
 Regeln und deren Veränderungen;
 Organisation von Spielgelegenheiten , u.a. Turnierformen;

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema des UV 7.4: „Basketball mit Köpfchen - Einfache taktische Maßnahmen im Spiel 2 : 2 bzw. 3 : 3 anwenden“ (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Erweiterung des individuellen Handlungsspektrums durch Partnerhilfen • Ball sichern und in den eigenen Reihen halten; Ballverluste minimieren • Situative Anpassung des Verteidiger verhaltens | <ul style="list-style-type: none"> • Spielreihe - Übungsreihe • Turnierform 3 -3 (Streetball - Regeln) • Regeln selbständig ableiten bzw. entwickeln | <ul style="list-style-type: none"> • Transitionsorientierte Spielformen auf einen Korb: 2 -1; 3 - 2; 4 - 3; 2 - 1, 3 - 2, 4 - 3 Kontinuum • Give - and - Go; Schneiden zum Korb • Direkter Block • Über den Block gehen • Switch • Pick and roll | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mitarbeit bei den Unterrichtsgesprächen • Beiträge zur Entwicklung des Regelwerks • Allgemeines Spielverhalten, Einsatz und Engagement <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstrationsspiel 2 - 2 • Schriftliche Übung zur Regelkunde • Schiedsrichtertätigkeit während der Turnierspiele |

| Bewegungsfeld/Sportbereich | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|------------------------------------|--------------|-------------------|------------------|---------------------|
| 7.5 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele | E,A | 8 | 6 | | 32 |

Name des UV: Vom Federball zum Badminton - Grundschnitte anwenden und damit den Gegner unter Druck setzen.

- **Kompetenzerwartungen:**

- **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 1,2**

sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (1)

das jeweils ausgewählte große Mannschafts- und Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern (2)

- **Methodenkompetenz (MK) 1,2**

Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern, (1)

spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden, (2)

- **Urteilskompetenz (UK) 1,2**

die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen (1)

den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen (2)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1,a2,a3,e1

(leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)

Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: 7.5 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Thema des UV : Vom Federball zum Badminton - Grundschnitte anwenden und damit den Gegner unter Druck setzen. (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Badmintonspezifische Bewegungsabläufe anwenden (Technik) • Badminton wettkampforientiert (im Doppel) durchführen (Regeln, Taktik) | <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsaufgaben (z.B. druckvoll spielen, lang und hoch→Clear) • Vormachen (Lösung der Bewegungsaufgabe, Techniken) • Lernprozess individualisieren: Beobachtungsbögen (Selbst- und Fremdbeobachtung, Phasenbilder mit Beurteilungsraster) • Übungsprozesse selbstständig organisieren (Aufgaben innerhalb einer Gruppe übernehmen: Zuspieler, Rückspieler, Bällesammler, Beobachter, etc.) | <p>Clear (Vorhand-Überkopf, Unterhand)</p> <p>Netzdrop (Vor- und Rückhand)</p> <p>Aufschlag</p> <p>Regeln: Spielfeld, einfache Zählweise (rechts-links-Wechsel)</p> <p>Wettkampfform „Rondo“ und „Kaiserspiel“</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Anstrengungsbereitschaft, Kooperationsfähigkeit</p> <p>Individuelle Bezugsnormorientierung, Fairness</p> <p>punktuell:</p> <p>Demonstration grundlegender Techniken ((Vh)-Ük-/Uh-Clear, Aufschlag, Vh-/Rh-NetzDrop)</p> <p>Anwenden der Regelkenntnisse im Wettkampf (Doppel)</p> |

| Gute Leistungen | Leistungsanforderungen | Ausreichende Leistungen |
|--|-----------------------------|--|
| Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz | | |
| Schülerinnen und Schüler verfügen in komplexen technisch- koordinative Anforderungen (u.a. Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus) über ausgeprägte technisch- koordinative Fertigkeiten; der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen ist sicher und zeigt | technisch-koordinativ (L 2) | Schülerinnen und Schüler weisen technisch- koordinative Mängel auf (u.a. bei Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus), die den Anforderungen kaum entsprechen; der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen wird auf Grund von Fehlern in der Bewegungsausführung qualitativ |

| | | |
|--|--|--|
| hohe Bewegungsqualität. | | gemindert. Der Bewegungsfluss muss unterbrochen werden. |
| Methodenkompetenz | | |
| Schülerinnen und Schüler verfügen in nahezu allen sportlichen Handlungssituationen über differenzierte Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken und nutzen diese situativ angemessen beim gemeinsamen Sporttreiben. | Sozial-kommunikative Verfahren anwenden (L 9) | Schülerinnen und Schüler verfügen beim sportlichen Handeln oft nicht über sachgerechte Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken. Sie lassen diese beim gemeinsamen sportlichen Handeln ungenutzt. |
| Urteilskompetenz | | |
| Schülerinnen und Schüler beurteilen ihre sportbezogene Handlungskompetenz und die der Mitschülerinnen und Mitschüler selbstständig, differenziert - auch unter Druckbedingungen - situationsangemessen ein. | eigenes sportliches Handeln und das der Mitschülerinnen und Mitschüler (L 10) | Schülerinnen und Schüler beurteilen ihre sportbezogene Handlungskompetenz und die der Mitschülerinnen und Mitschüler kaum sachgerecht ein. Ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung ist nur sehr schwach ausgeprägt. |
| Beobachtbares Verhalten | | |
| Schülerinnen und Schüler unterstützen einen geordneten Unterrichtsablauf und übernehmen Verantwortung für sich und andere. Sie unterstützen das Herrichten und Aufrechterhalten der Sportstätte selbstständig. | Selbst- und Mitverantwortung (L 13) | Schülerinnen und Schüler unterstützen einen geordneten Unterrichtsablauf nur auf Anweisung und übernehmen kaum Verantwortung für sich und andere. Sie unterstützen das Herrichten und Aufrechterhalten der Sportstätte nur nach Anweisung. |

| Bewegungsfeld/Sportbereich | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 7.6 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele | E,A | 8 | 6 | | 34 |

Name des UV: Streetball - Challenge - Vorbereitung, Organisation und Durchführung eines Streetball - Turniers

- **Kompetenzerwartungen:**

- **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 1**

sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (1)

- **Methodenkompetenz (MK) 1**

Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern (1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: d2,e1,e2,e3,e4 (leitend; ergänzend)

Leistung (d)

Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) (2)

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)

(Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (3)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: 7.6 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Thema des UV : Streetball - Challenge - Vorbereitung, Organisation und Durchführung eines Streetball - Turniers (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Spielformen organisieren und durchführen (kooperative, konkurrenzorientierte) • (erfolgreiches) Zusammenspielen durch Chancengleichheit, Fairness gewährleisten (Kriterien) • Basketball wettkampforientiert aber fair nach Streetballregeln turniermäßig spielen | <ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen (wettkampforientierte Spiele) • Schülerexperten (Übungen/Spiele leiten u. organisieren, Schiedsrichter, etc.) | <ul style="list-style-type: none"> • Wettkampfformen (Shoot-Out, Reise um die Welt, Sieger, etc.) • Ballkoordinationstraining, Spielfähigkeit • Streetballregeln, Fairness/Chancengleichheit, Schiedsrichtern • Regelveränderungen (schulsportbezogen) • Wettkampforganisation (Kriterien und Rahmen für eine erfolgreiche Durchführung, Gestaltung eines Turniers) | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Anstrengungsbereitschaft</p> <p>Kooperationsfähigkeit, Fairness</p> <p>Individuelle Bezugsnormorientierung</p> <p>(evtl. kleine Gruppen-Beiträge zum Koordinationstraining)</p> <p>punktuell:</p> <p>Demonstration der Spielfähigkeit im Wettkampf „Streetball“ (Regelkenntnis, technisch-koordinatives Spielniveau, kooperatives Spielverhalten)</p> |

| Gute Leistungen | Leistungsanforderungen | Ausreichende Leistungen |
|--|---|---|
| Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler verhalten sich in den meisten sportlichen Handlungssituationen sowie in grundlegenden Spielhandlungen taktisch-kognitiv situativ stets angemessen. Eine ausgeprägt differenzierte Selbst- und Fremdwahrnehmung führt auch unter Druckbedingungen zu sachgerechten und situativ angemessenen taktisch-kognitiven Entscheidungen.</p> | <p>taktisch-kognitiv (L 3)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler verhalten sich in den meisten sportlichen Handlungssituationen sowie in grundlegenden Spielhandlungen taktisch-kognitiv situativ selten angemessen. Eine fehlerhafte Selbst- und Fremdwahrnehmung führt oftmals - bereits bei geringen Druckbedingungen - zu fehlerhaften taktisch-kognitiven Entscheidungen.</p> |
| Methodenkompetenz | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler verfügen in nahezu allen sportlichen Handlungssituationen über differenzierte Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken und nutzen diese situativ angemessen beim gemeinsamen Sporttreiben.</p> | <p>Sozial-kommunikative Verfahren anwenden (L 9)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler verfügen beim sportlichen Handeln oft nicht über sachgerechte Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken. Sie lassen diese beim gemeinsamen sportlichen Handeln ungenutzt.</p> |
| Urteilskompetenz | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler beurteilen ihre eigenen Kenntnisse und die der Mitschülerinnen und Mitschüler über sportbezogene Sachverhalte und Rahmenbedingungen auch unter Druckbedingungen sachgerecht und differenziert</p> | <p>Grundlegende Sachverhalte/ Rahmenbedingungen des eigenen sportlichen Handelns, des Handelns im sozialen Kontext (L 11)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler nutzen ihre eigenen Kenntnisse und die der Mitschülerinnen und Mitschüler über sportbezogene Sachverhalte und Rahmenbedingungen kaum/ wenig sachlich. Ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung ist schwach ausgeprägt.</p> |
| Beobachtbares Verhalten | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler haben ein auf Gerechtigkeit ausgerichtetes Werteverständnis, kooperieren und kommunizieren alters- und situationsadäquat. Sie nehmen sie Rücksicht auf andere und zeigen Konfliktfähigkeit und Empathie. Darüber hinaus können sie ihr eigenes Verhalten sowie das Verhalten anderer in sportlichen Konfliktsituationen angemessen reflektieren.</p> | <p>Fairness, Kooperationsbereitschaft und - Kooperationsfähigkeit (L 17)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler verhalten sich häufig situativ unangemessen und können die Leistungen anderer kaum anerkennen und wertschätzen. Außerdem können sie kaum kritische Distanz zu ihrem eigenen sportlichen Handeln entwickeln. Es gelingt ihnen kaum, ihr eigenes Verhalten sowie das Verhalten anderer in sportlichen Konfliktsituationen angemessen zu reflektieren.</p> |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 7.7 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i> | D/E | 9 | 8 | | |

Name des UV: Klassenkaiser – Wettkampfsituationen im Badminton erfolgreich bewältigen

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

- **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

Sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch- kognitiv angemessen agieren;

Auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair spielen und dabei spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern;

Konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen anwenden

Methodenkompetenz (MK)

Grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und in der Praxis anwenden;

Grundlegende und erweiterte spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden;

- **Urteilskompetenz (UK)**

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

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d1, d2, e1, e3(leitend; ergänzend)

- **Leistung**

Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit für die Wettkampfleistung im Badminton

Methoden zur spez. Leistungsentwicklung kennen lernen und aktiv durchführen

- **Kooperation und Konkurrenz**

konkurrenz-und kooperationsorientierte Spielformen; Spielregeln und deren Veränderungen

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema des UV: „Klassenkaiser – Wettkampfsituationen im Badminton erfolgreich bewältigen“ (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Die eigene Leistung in ihrem Bedingungsgefüge analysieren und verbessern • Sich gegenseitig helfen und verbessern • Eigenständige Organisation von Wettkampf- und Turnierformen | <ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • Partnerbeobachtung und Korrektur • Video-feedback • SuS entwickeln Qualitätsstandards <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • Circuit-Training • Beobachtungsbogen • Bewegungsvorstellung/Feedback | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Übungs- und Trainingsformen zur Entwicklung technischer und taktischer Grundfähigkeiten: HA; VÜC; VÜD; RÜD; VND; RND; UC - Smash und Smash-Abwehr - Laufarbeit im Badmintonfeld - Alternativwettkämpfe - Racketspeed-Modell | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bereitschaft und Qualität als Zuspieler - Engagement und Einsatz bei der Fertigkeitentwicklung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Platzierung im Klassenturnier(nach Geschlecht getrennt) - Überprüfung der Spielfähigkeit während der Turnierspiele -- Qualität des Aufschlags (hoch oder kurz) -- Sicherheit in der Anwendung der Schlagtechniken -- situationsgerechte Anwendung der Schlagtechniken -- Laufarbeit -- Variabilität in der Spielgestaltung |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 8.1 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. -Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|----------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport / Bootssport / Wintersport | C | 5 | 6 | | |

Name des UV: Fahren auf zwei Rollen - Sammeln grundlegender Bewegungserfahrungen beim Waveboard fahren

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 1,2

sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät fortbewegen, Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen,

Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen.

Methodenkompetenz (MK) 1

grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich beinhalten.

Urteilskompetenz (UK) 1

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

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:c1, c2, c3 (leitend; ergänzend)

Wagnis und Verantwortung (c)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: 8.1 Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport / Bootssport / Wintersport

Thema des UV: „Fahren auf zwei Rollen - Sammeln grundlegender Bewegungserfahrungen beim Waveboard fahren“ (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten • elementare Gesetzmäßigkeiten des Bewegens auf dem Waveboard | Erproben und Experimentieren: anhand eigener Erfahrungen in Partnerarbeit, sich mit dem Waveboard fortzubewegen, Kurven zu fahren und einen Parcours zu durchfahren | Gegenstände <ul style="list-style-type: none"> · Technik des Aufsteigens · Technik des Fortbewegens · Absteigen · Kurven fahren · unter bzw. um Hindernisse Fahren Fachbegriffe <ul style="list-style-type: none"> · Fortbewegung mit einem Waveboard | unterrichtsbegleitend <ul style="list-style-type: none"> · Einhalten der vereinbarten Regeln · Experimentierfreudigkeit und Risikobereitschaft punktuell <ul style="list-style-type: none"> · Durchfahren eines Parcours allein bzw. mit Hilfestellung eines Partners |

| Bewegungsfeld/Sportbereich 8.2 | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg.-Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|--|---|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport / Bootssport / Wintersport | C | 9 | 6 | | |

Name des UV: Waveboard-Show - Das kann ich alles mit einem Waveboard

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 1,2

sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Wahrnehmung der Auswirkungen und Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale erläutern, technisch-kordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheits- und geländeangepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben und Möglichkeiten der Bewegungshilfe und Bewegungssicherung erläutern.

Methodenkompetenz (MK) 1

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

Urteilskompetenz (UK) 1,2

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

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

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:c1, c2, c3 (leitend; ergänzend)

Wagnis und Verantwortung (c)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: 8.2 Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport / Bootssport / Wintersport

Thema des UV: „Waveboard-Show - Das kann ich alles mit einem Waveboard“ (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|--|---|
| <p>Unter Anwendung grundlegender technisch koordinativer Fertigkeiten</p> <ul style="list-style-type: none"> · elementare Gesetzmäßigkeiten des Bewegens auf dem Waveboard verbessern und diese kreativ und wagemutig umzusetzen | <p>Erproben und Experimentieren: anhand eigener Erfahrungen in Partnerarbeit, sich mit dem Waveboard fortzubewegen, Kurven zu fahren und einen Parcours zu durchfahren</p> <p>In einer Gruppenarbeit eine Waveboard -Choreographie zu Musik bzw. ein Waveboard-Parcours Erarbeiten, durchführen und reflektieren</p> | <p>Gegenstände</p> <p>Wiederholung bzw. Einführung der Techniken</p> <ul style="list-style-type: none"> · Technik des Aufsteigens · Technik des Fortbewegens · Absteigen · Kurven fahren · unter bzw. um Hindernisse Fahren <p>Erarbeiten, Durchführen und Reflektieren einer Gruppenchoreographie mit Waveboards zu Musik bzw. eines Waveboard-Parcours</p> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> · Fortbewegungsmöglichkeiten mit einem Waveboard <p>Koordination und Risikobereitschaft</p> | <p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> · Einhalten der vereinbarten Regeln · Experimentierfreudigkeit und Risikobereitschaft <p>punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> · Erarbeiten, Durchführen und Reflektieren einer Gruppenchoreographie mit Waveboards zu Musik bzw. eines Waveboards-Parcours |

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 9.1 Ringen und Kämpfen

Thema des UV : „Ringen und Kämpfen – aber fair! Spielerische Gruppen- und Zweikämpfe ohne und mit direktem Körperkontakt“
(8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|--|---|---|---|
| <p>Gruppen- und Zweikämpfe ohne und mit direkten Körperkontakt in kontrollierter und verantwortungsvoller Form austragen und reflektieren</p> <p>natürliche innere Differenzierung durch freiwillige Partnerwahl</p> <p>Wettkampfregeln benennen</p> <p>Fachbegriffe</p> <p>Fairness, Regeln, Rituale</p> | <p>Stationen Lernen: Erarbeitung und Präsentation der (Bewegungs)-Aufgaben im Team</p> <p>Beobachtungsbogen zur Einhaltung der getroffenen Regeln beim Kämpfen</p> <p>Arbeitsblätter zur Initiierung und Auswertung der GA</p> <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <p>Stationen Lernen</p> <p>Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung)</p> | <p>Gegenstände</p> <p>Spiel-und Übungsformen ohne und mit direktem Körperkontakt (Reihenfolge: Gruppe-->Kleingruppe--> PA)</p> <p>PA-Kämpfe in der Bodenlage</p> <p>Sicherheit beim Ringen und Kämpfen (u.a Stopp-Regel, Fairness und Verantwortung, Kampfrichteraufgaben, Mattenaufbau, Kleidung, Schmuck)</p> <p>Rituale (Begrüßung vor- u. nach dem Kampf)</p> <p>Einfache Techniken im Bodenkampf (u.a. induktive Lösungen finden zum Halten des PA in Rückenlage)</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Anstrengungsbereitschaft 2. Durchhaltevermögen 3. Einhaltung vereinbarter Regeln 4. Erarbeitungs- u. Präsentationsleistungen in den Arbeitsgruppen <p>punktuell:</p> <p>-</p> |

| Bewegungsfeld/Sportbereich | Päd. Perspektive leitend/ergänzend | Jahrg. - Stufe | Dauer des UV Std. | Vernetzen mit UV | Laufende Nr. der UV |
|---|---|-----------------------|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 9.2 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport | C,A | 8 | 10 | | 30 |

Name des UV: Kämpfen, Werfen, Fallen und trotzdem fair: Judo! - Grundlegende Techniken des Judokampfsports und der dazugehörigen traditionellen Verhaltensweisen erlernen

- **Kompetenzerwartungen:**

- **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK) 1,2**

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (z. B. Techniken zum Fallen, Halten und Befreien) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z. B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und in ihrer Funktion erläutern (1)
- mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen (2)

- **Methodenkompetenz (MK) 1,2**

- Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten (1)
- kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben (2)

- **Urteilskompetenz (UK) 1,2**

- die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen (1)
- Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen (2)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1,a2,a3,c2,c3

(leitend; ergänzend)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Wagnis und Verantwortung (c)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: 9.2 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

Thema des UV : „Kämpfen, Werfen, Fallen und trotzdem fair: Judo! - Grundlegende Techniken des Judokampfsports und der dazugehörigen traditionellen Verhaltensweisen erlernen“ (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Grundidee/Leitgedanke des Judo • Judospezifische Techniken als Lösung von Bewegungsaufgaben in Zweikampfsituationen anwenden • Fairness und Chancengleichheit in Zweikampfsituationen | <ul style="list-style-type: none"> • Lösung von Bewegungsaufgaben (Gegner aus der Balance bringen, Halten, Befreien, Fallen, etc.) → induktiv • Bewegungen Vormachen (ggf. Schülerexperten) → deduktiv • ergänzend: Bildreihen, Beobachtungs- und Selbsteinschätzungsbögen • Übungsprozess gemeinsam organisieren und gestalten: gegenseitig helfen, beobachten, unterstützen • Zweikämpfe unter Chancengleichheit und Fairness durchführen | <p>Grundlegende Fachbegriffe: <i>Uke, Tori, Randori, Ippon, etc.</i></p> <p><i>Randori</i> (kniend, stehend)</p> <p>Falltechniken (Sicherheit)</p> <p>Bodentechniken (<i>Kuzure-kesa-gatame, Mune.gatame</i>)</p> <p>Wurftechniken (<i>o-goshi, o-soto-otoshi</i>)</p> <p>Chancengleichheit, Fairness</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Anstrengungsbereitschaft</p> <p>Kooperationsfähigkeit, Fairness</p> <p>Individuelle Bezugsnormorientierung</p> <p>punktuell:</p> <p>praktische Überprüfung nach dem Kyu-Programm des DJB (weiß-gelber Gürtel)</p> |

| Gute Leistungen | Leistungsanforderungen | Ausreichende Leistungen |
|--|--|---|
| Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler verfügen in komplexen technisch- koordinative Anforderungen (u.a. Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus) über ausgeprägte technisch- koordinative Fertigkeiten; der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen ist sicher und zeigt hohe Bewegungsqualität.</p> | <p>technisch-koordinativ (L 2)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler weisen technisch- koordinative Mängel auf (u.a. bei Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus), die den Anforderungen kaum entsprechen; der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen wird auf Grund von Fehlern in der Bewegungsausführung qualitativ gemindert. Der Bewegungsfluss muss unterbrochen werden.</p> |
| Methodenkompetenz | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler verfügen in nahezu allen sportlichen Handlungssituationen über differenzierte Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken und nutzen diese situativ angemessen beim gemeinsamen Sporttreiben.</p> | <p>Sozial-kommunikative Verfahren anwenden (L 9)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler verfügen beim sportlichen Handeln oft nicht über sachgerechte Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken. Sie lassen diese beim gemeinsamen sportlichen Handeln ungenutzt.</p> |
| Urteilskompetenz | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler beurteilen ihre sportbezogene Handlungskompetenz und die der Mitschülerinnen und Mitschüler selbstständig, differenziert - auch unter Druckbedingungen - situationsangemessen ein.</p> | <p>eigenes sportliches Handeln und das der Mitschülerinnen und Mitschüler (L 10)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler beurteilen ihre sportbezogene Handlungskompetenz und die der Mitschülerinnen und Mitschüler kaum sachgerecht ein. Ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung ist nur sehr schwach ausgeprägt.</p> |
| Beobachtbares Verhalten | | |
| <p>Schülerinnen und Schüler haben ein auf Gerechtigkeit ausgerichtetes Werteverständnis, kooperieren und kommunizieren alters- und situationsadäquat. Sie nehmen sie Rücksicht auf andere und zeigen Konfliktfähigkeit und Empathie. Darüber hinaus können sie ihr eigenes Verhalten sowie das Verhalten anderer in sportlichen Konfliktsituationen angemessen reflektieren.</p> | <p>Fairness, Kooperationsbereitschaft und - Kooperationsfähigkeit (L 17)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler verhalten sich häufig situativ unangemessen und können die Leistungen anderer kaum anerkennen und wertschätzen. Außerdem können sie kaum kritische Distanz zu ihrem eigenen sportlichen Handeln entwickeln. Es gelingt ihnen kaum, ihr eigenes Verhalten sowie das Verhalten anderer in sportlichen Konfliktsituationen angemessen zu reflektieren.</p> |

Schulinterner Lehrplan (Eph)



Einführungsphase (EPh) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

Thema: Fit in Form – ein individuell angemessenes Fitnessprogramm zur Entwicklung konditioneller Fähigkeiten inklusive der passenden Dehnmethode demonstrieren.

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: Formen der Fitnessgymnastik
Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.
- unterschiedliche Dehnmethode im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (SK)
- sich selbständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen. (MK)
- die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 14 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Wir machen uns ein Sportspiel passend – die Veränderung des Regelwerks eines normierten Sportspiels zur Anpassung an die jeweilige Lerngruppe.

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (Basketball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen oder unterschiedlicher Zielsetzungen situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (SK)
- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (MK)
- die Bedeutung und Auswirkung von Gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechtsdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 10Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Es heißt Hürdenlauf nicht Hürdensprung **hoch das Bein!** – Erlernen der Technik des Hürdenlaufs

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltliche Kerne: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf)

Inhaltsfeld: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zwei unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. (SK)
- unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. (MK)

- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Einführungsphase (EPh) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Get the Flow on the Snow – Bewegungs- und Risikokompetenz auf Schnee und Eis entwickeln

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

Inhaltlicher Kern: Gleiten auf Eis und Schnee

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen.
- in Bewegungssituationen sportartspezifische Gefahrenmomente einschätzen und ihr Bewegungsverhalten situationsangemessen und verantwortlich anpassen.

Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Handlungssteuerung unter verschied. Einflüssen (c)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben. (SK)
- in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren. (MK)
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 4 Std. (Wintersporttag)

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Gehopst wie gesprungen – Die Fortbewegungskunst „Le Parkour“

BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen

Inhaltlicher Kern: Normungebundenen Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Turnerische Bewegungsformen als selbständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren

Inhaltsfelder: b - Gestaltung, c - Wagnis und Verantwortung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien (b)
Handlungssteuerung unter verschied. Einflüssen (c)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern. (SK)
- Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. (MK)
- eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten. (UK)
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben. (SK)
- in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren. (MK)
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Probier's mal mit Köpfchen – Handlungskompetenz im Basketball in Offensive und Defensive entwickeln

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (Basketball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in einem **Mannschaftsspiel** oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (SK)
- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (MK)
- die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechtsdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 8 Std.

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Einer für alle und alle für einen – Vorbereitung auf einen leichtathletischen Mehrkampf

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen

Inhaltsfelder: d – Leistung

Inhaltliche Schwerpunkte: Trainingsplanung und Organisation

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern (SK)
- unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern (SK)
- einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch) (MK)

- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 6 Std.

Summe Einführungsphase: ca. 62 Stunden (Freiraum ca. 18 Stunden)

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des UV |
|--|---|------------------|--|-----------|--------------|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1) | BF/SB 1: Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik | F | | EF | 14 Stunden. |

Hier können Sie den Namen des Unterrichtsvorhabens eintragen.

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Wählen Sie ein Element aus

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

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

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

| | | | |
|---|---|---|---|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>-SuS sollen in Kleingruppen ein Fitnessprogramm (z.B. mithilfe von Alltagsmaterialien) erstellen</p> <ul style="list-style-type: none"> - SuS wählen Fitnessübungen aus - | <p>Methodische Entscheidungen</p> <p>-Erarbeitung in Kleingruppen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durchführung des „Schweizer Rekrutierungstests“ . | <p>Gegenstände</p> <p>Def. Fitness</p> <p>Kennlernen und durchführen verschiedener Fitnesstests</p> <p>Kennenlernen von Muskelgruppen und ihre Trainingsmöglichkeiten</p> <p>Gestaltungsprinzipien</p> | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Präsentation</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft <p><u>punktuell:</u></p> <p>Bewertet werden Fitnessprogramme, welche die SuS in Kleingruppen konzipieren, durchführen und reflektieren..</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <p>-SuS erarbeiten Kriterien für ein gutes Fitnessprogramm</p> |
|---|---|---|---|

| |
|---|
| <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gesundheitssport |
|---|

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | Jahrgang | Dauer des UV |
|--|---|------------------|-----------|--------------|
| Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) | BF/SB 7: Mannschaftsspiele (Basketball) | E | EF | 10 |

Wir machen uns ein Sportspiel passend- Die Veränderung des Regelwerks eines normierten Sportspiels zur Anpassung an die jeweilige Lerngruppe.

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

Wählen Sie ein Element aus

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

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

Urteilskompetenz

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

| | | | |
|---|--|--|--|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielen eines normierten Zielspiels - Veränderung eines normierten Spiels durch Regelvariation im Hinblick auf die jeweilige Lerngruppe | <p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Die SuS erfahren die Auswirkungen von Regelveränderungen durch eigenes Erproben.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Selbst- und Partnerkorrektur anhand von Beobachtungsbögen und Videoanalysen • Kenntnisse der einzelnen koordinativen Fähigkeiten • Verbesserung der Spielfähigkeit durch Training der eigenen koordinativen Fähigkeiten | <p>Gegenstände</p> <p>Regelwerk des jeweiligen Sportspiels</p> <ul style="list-style-type: none"> • Definition von Regeltypen und Spielidee • Regeln verändern und die Auswirkungen vorhersehen können • Mannschaftstaktische Regeln aufstellen. | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <hr/> <p>Analyseaufgabe</p> <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <p>Bewertet wird das beobachtbare Verhalten in den Gruppenarbeits- und Spielphasen gemäß Beurteilungsbogen zur „Kooperationsfähigkeit“.</p> <p><u>punktuell:</u></p> <p>-Klausur</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <p>Fachkenntnisse „Kooperationsfähigkeit nach Beurteilungsbogen“</p> |
| <p>Fachbegriffe</p> <p>Regeltypen nach Diegel</p> | | | |

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

Es heißt Hürdenlauf und nicht Hürdensprung! – Erlernen der Technik des Hürdenlaufs..

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

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

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

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

Urteilskompetenz

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

| | | | |
|---|--|--|--|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Entwicklung der Grobkoordination eines komplizierten Bewegungsablaufes, mithilfe des analytisch-synthetischen Lehr- und Lernweges</p> | <p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatz unterschiedlicher Hilfen z.B. Bildreihen/unterschiedlicher Hindernisse. • Videoanalyse (Eigen- und fremdrealisation) | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Laufrhythmusschulung • Vermittlung einer Bewegungsvorstellung • Startphase u. Zwischenhürdenphase • Hürdenüberquerung • Gymnastische Voraussetzungen | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Demonstration und Minimierung der Zeitdifferenz bei einer ausgewählten Flachstrecke bzw. einer mit Hürden ausgestatteten Strecke mit dem erlernten Rhythmus</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <p>Beobachtung und Bewertung des Lernfortschritts (Videotechnik).</p> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Eingangstest, Ausgangstest</p> <p><u>Kriterien:</u></p> |
|---|--|--|--|

| |
|---|
| <p>Fachbegriffe</p> <p>Hier können Sie die Fachbegriffe eintragen.</p> |
|---|

| |
|---|
| <p>Bewegungsqualität der Einzelphasen und des Gesamtbewegungsablaufs. Berücksichtigung der Körpergröße.</p> |
|---|

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des UV |
|--|----------------------------|-----------------------------|------------------------|-----------|----------------------------------|
| Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wassersport | Gleiten auf Eis und Schnee | C –Wagnis und Verantwortung | Wählen Sie ein Element | EF | 4 Stunden (Kompaktveranstaltung) |

Get the Flow on the Snow – Bewegungs- und Risikokompetenz auf Schnee und Eis entwickeln

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen.

in Bewegungssituationen sportartspezifische Gefahrenmomente einschätzen und ihr Bewegungshandeln situationsangemessen und verantwortlich anpassen.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Handlungssteuerung unter verschied. Einflüssen (c)

Sachkompetenz

den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.

Methodenkompetenz

in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.

Urteilskompetenz

den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.

| | | | |
|--|---|--|--|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Bewegungserfahrungen in Wintersportdisziplinen auf Schnee und Eis sammeln Eigene Grenzen erfahren und damit verantwortungsvoll umgehen</p> | <p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Selbständiges Erproben verschiedener Fortbewegungsmöglichkeiten auf Schnee und Eis innerhalb von Kleingruppen</p> | <p>Gegenstände</p> <p>Techniken des alpinen Skifahrens und Eislaufens</p> | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <p>Anstrengungsbereitschaft, Kooperationsfähigkeit, Verantwortungsbewusstsein</p> <p>Demonstration spezifischer Techniken fakultativ: Wettkampfformen (Slalom-Zeit-Rennen)</p> <p>Koordinative Fähigkeiten (Gleichgewichts-, Reaktions-, Differenzierungs-, Kopplungsfähigkeit)</p> |
| <p>Fachbegriffe</p> <p>Alpine Techniken (Diagonaltechnik, Carven, Slalom, sicheres Bremsen), Eislauftechniken (Skating, sicheres Bremsen)</p> | | | |

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des UV |
|------------------------------|--|------------------|------------------------------|-----------|--------------|
| Bewegen an Geräten - Turnen | Normungebundenen Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen | B – Gestaltung | C – Wagnis und Verantwortung | EF | 10 |

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

Turnerische Bewegungsformen als selbständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gestaltungskriterien (b)

Handlungssteuerung unter versch. Einflüssen (c)

Sachkompetenz

Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern.

den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.

Methodenkompetenz

Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.

in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.

Urteilskompetenz

eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.

den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.

| | | | |
|--|--|--|--|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die SuS entwickeln Risikokompetenz in der Auseinandersetzung mit Möglichkeiten der Hindernisüberquerung und eigener Selbsteinschätzung • Die SuS erkennen den Einfluss physischer Leistungsvoraussetzungen für die sportliche Leistungsfähigkeit <p>Vermittlung von Sicherheits- und Hilfestellungen</p> | <p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einstieg: Filme • Stationenlernen (Parkourtechniken) • Selbst- und Gruppeneinschätzungsbögen • Führen eines Teambooks • Reflexionsbogen (Einfluss psychischer Faktoren) | <p>Gegenstände</p> <p>Gerätearrangements Parkourläufe Parkourtechniken Sicherheits- und Hilfestellungen Bewertungskriterien für einen Parkourlauf auswählen Teambook</p> | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Einzel- und Gruppenparkour</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <p>Anstrengungsbereitschaft, Unterstützung der Mitschüler im Lernprozess (Hilfestellungen), individuelle Bezugsnormorientierung, Erstellen eines eigenen Parkours (Gerätearrangements)</p> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Demonstration von Parkourtechniken / Möglichkeiten der Hindernisüberquerung in einem Parkourlauf Teamlauf nach gemeinsam erarbeiteten Bewertungskriterien</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <p>Bewertungskriterien (z.B. gemeinsamer Anfang, gemeinsames Ende, Sicherheit, Effektivität, Ausführung, Schwierigkeitsgrad, Bewegungsfluss, Kreativität) Risikokompetenz</p> |
|--|--|--|--|

Fachbegriffe
Parkourtechniken: Roulade, Saut de Chat, Passement, Saut de Précision, Franchissement, Saut de Bras, Passe Muraille
Geschichte und Philosophie/Idee von Le Parkour

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des UV |
|--|--|------------------|--|-----------|--------------|
| Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) | Wählen Sie ein Element aus | E | | EF | 8 |
| | BF/ SB 7 Mannschaftsspiel (Basketball) | | | | |

Probiert's mit Köpfchen – Handlungskompetenz im Basketball in Offensive und Defensive entwickeln.

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Wählen Sie ein Element aus

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

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

Urteilskompetenz

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

| | | | |
|--|--|--|---|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>- Spielen eines normierten Zielspiels (Basketball)</p> | <p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Die SuS erfahren die Auswirkungen von strategischen Maßnahmen durch eigenes Erproben.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kenntnisse der einzelnen koordinativen Fähigkeiten • Verbesserung der Spielfähigkeit durch Training der eigenen koordinativen Fähigkeiten | <p>Gegenstände</p> <p>-strategische Maßnahmen (u.a., Mann- und Raumverteidigung).</p> | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Demonstration</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <p>Bewertet wird das beobachtbare Verhalten in den Gruppenarbeits- und Spielphasen gemäß Beurteilungsbogen zur „Kooperationsfähigkeit“.</p> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration von vorbereiteten Spieltaktiken . <p><u>Kriterien:</u></p> <p>Planung ,Durchführung und Erfolg der Taktik .</p> |
| <p>Fachbegriffe</p> <p>Symbolik zur Verwendung eines Taktikboard.</p> | | | |

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des UV |
|---|--|------------------|--|-----------|--------------|
| Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) | BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß | D | | EF | 6 |

Jetzt wird`s ernst - Vorbereitung auf das jährliche Sommersportfest (leichtathletischer Mehrkampf)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler trainieren für einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Wählen Sie ein Element aus

Sachkompetenz

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

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

Methodenkompetenz

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

Urteilskompetenz

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

| | | | |
|---|---|--|---|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Vorbereitung auf das jährlich stattfindende leichtathletische Sportfest</p> | <p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Arbeit in Kleingruppen an Stationen (z. B. mit Videofeedback und Beobachtungsbögen)</p> | <p>Gegenstände</p> <p>Sprint (bes. Start) Kugel Weit- und Hochsprung Ausdauerlaufen</p> | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Sportmotorische Testverfahren</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <p>Individuelle Verbesserung Anstrengungsbereitschaft.</p> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Sportfest</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <p>Tabellen und Wertung Bundesjugendspiele</p> |
| <p>Fachbegriffe</p> | | | |

Schulinterner Lehrplan GK Qualifikationsphase



Kursprofil - Sequenzbildung¹

| | |
|---|----------------|
| BF ___1 | IF ___ F _____ |
| BF ___7 | IF ___ E _____ |
| sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/b /c /d | |

| Halb-jahr | Bezug zu den KE | | Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände) | Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen ² | |
|-----------|-----------------|-------------|--|---|---|
| | BWK | SK/ MK/ UK | | w | f |
| Q1.1 | | | Federball oder Badminton? Wie gut können wir die Grundtechniken? | | |
| Q1.1 | 2 | SK1/MK1/UK1 | Schulung der Körperwahrnehmung zur Vorbereitung auf eine gesundheitsförderliche aerobe Langzeitausdauerbelastung | | |
| Q1.1 | | | Sportspielvariante 1: Kein Spiel-Spaß ohne Technik und Regeln: Grundlagen schaffen | | |
| Q1.2 | | | „Spiel mit Köpfchen“ – Grundlegende individualtaktische Verhaltensweisen im Einzel kennenlernen und anwenden | | |
| Q1.2 | | | Reflektierter Umgang mit Methoden des Beweglichkeitstrainings. | | |

¹ Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

² w = wettkampfbezogen; f = fakultativ Im Grundkurs findet keine Abiturprüfung (P4) statt. Daher ist eine Zuordnung nicht möglich.

| | | | | | |
|------|---|--|---|--|--|
| Q2.1 | | | Kraftvoll in den Tag | | |
| Q2.1 | | | Mit dem Partner zum Erfolg: Badminton im Doppel | | |
| Q2.1 | | | Sportspielvariante 2: Noch mehr Spiel-Spaß durch Taktik: Grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen | | |
| Q2.2 | | | Wer ist der Beste?“ – Anwenden der erlernten Techniken und Taktiken in selbst organisierten Turnierformen | | |
| Q2.2 | 1 | | Fit-U-Up | | |

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des UV |
|--|--|------------------|---|----------|--------------|
| Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) | BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis) | E | A | GK | 10 |

Federball oder Badminton? Wie gut können wir die Grundtechniken?

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)

Sachkompetenz

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

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

Methodenkompetenz

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

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

Didaktische Entscheidungen

- Grundlegende technische Voraussetzungen schaffen/wiederholen
- Bewegungsmerkmale
- Anforderungsprofil der Sportart kennenlernen

Methodische Entscheidungen

- Stationenlernen: Erarbeitung unterschiedlicher Bewegungsaufgaben
- Partnerarbeit
- Beobachtungsbögen
 - o Zur Überprüfung der Technik

Gegenstände

- Grundlegende Techniken
 - o Schlägerhaltung
 - o Hoher Aufschlag
 - o UH-Clear
 - o VH-ÜK-Clear
 - o Netz-Drop (Vor- und Rückhand)
 - o Smash
- Spiel- und Übungsformen

Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung Überprüfungsform:

Demonstration

unterrichtsbegleitend

- Anstrengungsbereitschaft,
- Mitarbeit in Gruppenarbeitsphasen

punktuell:

- Demonstration der technischen Grundlagen

Kriterien:

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

Schulung der Körperwahrnehmung zur Vorbereitung auf eine gesundheitsförderliche aerobe Langzeitausdauerbelastung

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

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

Urteilskompetenz

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

| | | | |
|---|---|--|---|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Die Entwicklung der aeroben Grundlagenausdauer stellt eine besonders wichtige Komponente des gesundheitsförderlichen Sporttreibens dar.</p> | <p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Im Vordergrund steht die Entwicklung der Wahrnehmung der Reaktionen des eigenen Körpers, in Hinblick auf die Befähigung zum gesundheitsförderlichen Sporttreiben.</p> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vermittlung grundlegender Begriffe des Ausdauertrainings unter gesundheitlicher Perspektive • Umgang mit der Pulsuhr • Bestimmung der Dauerleistungsgrenze durch einen Stufentest • Schulung der Wahrnehmung durch Pulsschätzläufe • Laufen nach Rundenzählliste (z. B. 8-min-Läufe) => Schulung der Tempowahrnehmung • Halbstundenlauf nach Rundenliste • oder Orientierungslauf • oder Shuttle-Run / Conconitest | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Sportmotorische Testverfahren</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <p>Anstrengungsbereitschaft Beiträge zu Unterrichtsgesprächen Sich auf Unterrichtssituationen einlassen Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringen Erfahrungen, Kenntnisse und Einsichten strukturiert wiedergeben Sachzusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern</p> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Halbstundenlauf oder Orientierungslauf oder Conconitest.</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <p>Wertungstabellen zum Halbstundenlauf Shuttle-Run/Conconitest.</p> |
| <p>Fachbegriffe</p> <p>Dauerleistungsgrenze, aerob/anaerob, Ruhe-, Maximal-, Belastungsherzfrequenz, Testverfahren, aerobe Grundlagenausdauer.</p> | | | |

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des |
|--|---|------------------|---|----------|-----------|
| Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) | BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football) | E | A | GK | 12. |

Sportspielvariante 1: Kein Spiel-Spaß ohne Technik und Regeln: Grundlagen schaffen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)

Sachkompetenz

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

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

Methodenkompetenz

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

Urteilskompetenz

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

| | | | |
|--|--|--|---|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale der jeweiligen Techniken - Grundlegende technische Voraussetzungen schaffen/wiederholen - Anforderungsprofil der Sportart kennenlernen - Wettkampfregele benennen und anwenden - Eventuell: Anpassung/Veränderung der Regeln für die jeweilige Lerngruppe | <p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stationenlernen: Erarbeitung unterschiedlicher Bewegungsaufgaben - Einzel- Partner- und Gruppenarbeit - Beobachtungsbögen <ul style="list-style-type: none"> o Zur Überprüfung der Technik o Zur Einhaltung der Regeln | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlegende Techniken - Regelwerk - Spiel- und Übungsformen | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Demonstration</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft, - Mitarbeit in Gruppenarbeitsphasen <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration der technischen Grundlagen der ausgewählten Sportspiel-Variante - Überprüfung der Regelkenntnisse <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausführung der Bewegungen - Korrekte Anwendung des Regelwerks |
| <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Korrekte Bezeichnung von Techniken und Regeln - Erproben und Experimentieren (Schüler- Lehrerinfo) - Fairness | | | |

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

„Spiel mit Köpfchen“ – Grundlegende individualtaktische Verhaltensweisen im Einzel kennenlernen und anwenden

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

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

Urteilskompetenz

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

| | | | |
|--|--|--|--|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlegende Techniken in Spielformen anwenden - Vermittlung Sachkompetenz (Zentraler Punkt) - Variabilität in der Anwendung der Techniken - Vermittlung individualtaktischer Verhaltensweisen | <p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gruppenarbeit - Stationslernen - Videoanalyse | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kurzer oder langer Aufschlag - Laufarbeit (T-Punkt) - Angriffs- und Abwehrformen (Smash und Smashabwehr) - Drop- und Dropabwehr | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Demonstration</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft - Mitarbeit in Reflexionsphasen - Ergebnisse der Gruppenarbeit zur Erarbeitung von taktischen <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendung der taktischen Verhaltensweisen im Einzel <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Einnehmen des zentralen Punktes nach jedem Schlag - Variabilität und Flexibilität der Schläge |
| <p>Fachbegriffe</p> <p>Zentraler Punkt</p> <p>Korrekte Bezeichnungen der Techniken (Unterhand, Überkopf,..)</p> <p>Angriffs- und Verteidigungsschläge</p> <p>Rally-Zählweise</p> | | | |

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des UV |
|--|---|------------------|---|----------|---------------------------------------|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1) | BF/SB 1: Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden | F | . | GK | Tragen Sie hier die Dauer des UV ein. |

Hier können Sie den Namen des Unterrichtsvorhabens eintragen.

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Wählen Sie ein Element aus

Wählen Sie ein Element

Wählen Sie ein Element

Sachkompetenz

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

Wählen Sie ein Element

Methodenkompetenz

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

Wählen Sie ein Element

Urteilskompetenz

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

.

| | | | |
|---|--|--|--|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Die Praxis zeigt, dass die SuS gerade im Bereich der Beweglichkeit falsche Vorstellungen von der Wirkung und Funktion des Dehnens haben. Daher ist die Vermittlung von entsprechenden Fachkenntnissen notwendig, auch um den SuS einen kritischen Umgang mit der alltäglichen Praxis in den Sportvereinen zu ermöglichen.</p> | <p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Neben der Vermittlung der theoretischen Grundlagen steht das Erproben und Erfahren der verschiedenen Methoden durch Eigenversuche im Vordergrund des UV.</p> | <p>Gegenstände</p> <p>Muskelfunktionstests zur Diagnose von Verkürzungen</p> <p>Dehnmethoden: Statisch Dynamisch CHRS</p> <p>Übungsbeispiele für Hauptmuskelgruppen</p> <p>Kritische Auseinandersetzung mit:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dehnen als Verletzungsprophylaxe • Als Erwärmung/Vorbereitung • Vermeidung von Dysbalancen • Beweglichkeit im Spannungsfeld von Kraft und Dehnfähigkeit | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft Beiträge zu Unterrichtsgesprächen Sich auf Unterrichtssituationen einlassen Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungssituationen einbringen Erfahrungen, Kenntnisse und Einsichten strukturiert wiedergeben Sachzusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern</p> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Schriftliche Überprüfung</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <p>Fachliche Kenntnisse: Methoden, Anwendungsmöglichkeiten, Kritik, Übungsbeispiele für Hauptmuskelgruppen</p> |
| <p>Fachbegriffe</p> <p>Dehnmethoden: Statisch Dynamisch CHRS</p> | | <p>Muskuläre Dysbalancen Verletzungsprophylaxe</p> | |

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des UV |
|--|---|------------------|---|-----------|--------------|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | Funktionales Muskeltraining ohne Geräte bzw. mit einfachen Geräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung | a | f | GK | ca. 6 Wochen |

Kraftvoll in den Tag

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

Selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Kraft funktional und differenziert anwenden

Funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen (a)

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Sachkompetenz

Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur) erläutern (a)

Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die Körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (f)

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

Methodenkompetenz

Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (f)

Urteilskompetenz

Positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (f)

| | | | |
|---|---|--|--|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Die SuS sollen Formen und Funktion von Ganzkörperkrafttraining kennenlernen und ihre gesundheitliche Bedeutung für den Alltag erkennen und erfahren</p> | <p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Eingangstest (Ist-Zustand) Entwicklung einer Mind-Map zur Theorie des Krafttrainings Durchführung eines Kraftzirkels an Stationen (mit Stationskarten) Reflexion individuell mittels Borgskala mit anschließendem Plenumsgespräch Planung, Durchführung und Reflexion eines eigenen Kraftzirkels in Gruppen</p> | <p>Gegenstände</p> <p>Eingangstest (z.B. Krafttest zur Überprüfung der Körperhaltung mit Selbstevaluation) Theorie zum Krafttraining: Bestimmung der Muskelgruppen und deren Funktion im Alltag Plädoyer für ein Ganzkörperkrafttraining siehe z.B. Text „Abspecken durch Ganzkörperkrafttraining“ Bestandteile eines Kraftzirkels Selbsteinschätzungsbogen kennenlernen (z.B. Borg-Skala) Durchführung und Reflexion eines gemeinsamen Kraftzirkels Planung, Durchführung und Reflexion eines eigenen Kraftzirkels in Gruppen</p> | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung <u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Abschließender Krafttest (im Vergleich zum Eingangstest)</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <p>Anstrengungsbereitschaft, individueller Leistungsfortschritt bei Durchführung unterschiedlicher Kraftzirkel, Kooperation in der Gruppe, Planung des Kraftzirkels in Gruppen unter Vorgabe von</p> <p><u>Punktuell:</u> Durchführung eines selbstständig entwickelten Kraftzirkels in Gruppen nach vorgegebenen Bewertungskriterien</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <p>Funktionalität der Kraftübung zur Muskelgruppe Differenzierung hinsichtlich Dauer bzw. Anzahl an Wiederholungen und Serien für Anfänger bis Fortgeschrittene unter Berücksichtigung gesundheitsfördernder Aspekte Kreativität der Übungen</p> |
| <p>Fachbegriffe</p> <p>Benennung der Muskelgruppen, Fachbegriffe aus der Theorie des Ganzkörperkrafttrainings, Borg-Skala</p> | | | |

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

Mit dem Partner zum Erfolg: Badminton im Doppel

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

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

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

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

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

Urteilskompetenz

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

| | | | |
|--|--|--|--|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regelwerk und Zählweise im Doppel - Taktik im Doppel: Raumaufteilung | <p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Partner- und Gruppenarbeit - Beobachtungsbögen zur Einhaltung der Regeln | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aufschlagrecht - Spielfeld im Doppel - Spielformen - Turnierformen - | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Demonstration</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft, - Mitarbeit in Gruppenarbeits- und Reflexionsphasen - Selbständiger Auf- und Abbau <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration im Doppel <ul style="list-style-type: none"> o Regelkenntnisse o Technik und Taktik <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Korrekte Regelanwendung - Situationsangemessenes Agieren im Doppel - Sinnvolle Raumaufteilung |
| <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rallypoint - Viererzyklus | | | |

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des UV |
|--|---|------------------|---|----------|--------------|
| Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) | BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football) | E | D | GK | 12. |

Sportspielvariante 2: Noch mehr Spiel-Spaß durch Taktik: Grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) | Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)

Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)

Sachkompetenz

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

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

Methodenkompetenz

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

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

Urteilskompetenz

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

| | | | |
|---|--|--|---|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlegende individual- und gruppentaktische Maßnahmen erlernen und anwenden - Wettkampfororganisation - Wettkampfregele anwenden - Eventuell: Anpassung/Veränderung der Regeln für die jeweilige Lerngruppe | <p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stationenlernen: Erarbeitung unterschiedlicher Bewegungsaufgaben - Partner- und Gruppenarbeit - Beobachtungsbögen | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlegende taktische Maßnahmen - Regelwerk - Spiel- und Übungsformen - Abschlussturnier | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u> Präsentation</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft, - Mitarbeit in Gruppenarbeitsphasen <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation der ausgearbeiteten Turnierform - Überprüfung im Spiel <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendung taktischer Maßnahmen im Spiel - Korrekte Anwendung des Regelwerks |
| <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Turniermodus - Individual- und gruppentechnische Maßnahmen - Erproben und Experimentieren (Schüler- Lehrerinfo) - Fairness | | | |

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

„Wer ist der Beste?“ – Anwenden der erlernten Techniken und Taktiken in selbst organisierten Turnierformen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

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

Urteilskompetenz

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

| | | | |
|--|--|---|---|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Selbstständige Organisation und Durchführung einer Turnierform - Ermittlung der Bestenliste - Unterschiedliche Turnierformen kennenlernen (z.B. Pyramidenturnier, Kreuzchenturnier) | <p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gruppenarbeit | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organisation einer Turnierform - Kaiserturnier - Anwendung der Techniken und Taktiken des Badmintonspiels im Wettkampfmodus | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>[Demonstration]</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - [Organisation einer Turnierform - Anstrengungsbereitschaft - Umsetzung der Bewegungsaufgaben] <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - [Turnierform] <p><u>Kriterien:</u></p> <p>[]</p> |
| <p>Fachbegriffe</p> <p>Bestenliste</p> <p>Wettkampfformen</p> | | | |

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des UV |
|--|-----------------------------|------------------|---|-----------|--------------|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | Formen der Fitnessgymnastik | a | f | GK | ca. 6 Wochen |

Fit-U-Up

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

Formen der Fitnessgymnastik unter der ausgewählten Zielrichtung der Koordination für sich und andere planen und durchführen

|
|

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Sachkompetenz

Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur) erläutern (a)

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

Methodenkompetenz

Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (a)

Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (f)

Urteilskompetenz

Positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (f)

|

Didaktische Entscheidungen

Die SuS sollen ihre koordinativen Fähigkeiten, besonders Kopplungs-, Differenzierungs-, Wahrnehmungs-, Gleichgewichts- und Rhythmisierungsfähigkeit wahrnehmen und verbessern, indem sie aufbauend auf grundlegenden Bewegungsabläufen eine Gruppenchoreographie erstellen und präsentieren.

Methodische Entscheidungen

Mithilfe von Lernplakaten an Stationen in Kleingruppen grundlegende Bewegungsabläufe erlernen
Spielerisches Erlernen der Formationsformen und musikalisch-rhythmischer Grundlagen (z.B. Musik-Stopp-Spiele)

Gegenstände

Grundlegende Bewegungsabläufe erlernen (z.B. Grundschriffe beim Aerobic)
Musikalisch-rhythmische Grundlagen (Takt, Beat, Phrasen)
Formationsformen
Reader/Sammlung von weiteren Bewegungsabläufen zum Erproben und Auswählen für die Choreographie
Verschriftlichung und Üben der Choreographie unter Berücksichtigung der Fachbegriffe und Taktfolge unter vorgegebener Musik (einheitlicher Beat) z.B. bei Aerobic nach folgender Tabelle:

| Beat | Schritte | Arme | Formatio |
|------|----------|--------|----------|
| 1-4 | Basic | - | Block |
| 5-8 | V-Step | V-Step | Block |
| ... | ... | ... | ... |

Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

Überprüfungsform:

Präsentation einer Gruppenchoreographie unter Berücksichtigung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten und Gestaltungskriterien

unterrichtsbegleitend

Anstrengungsbereitschaft, individueller Leistungsfortschritt beim Erlernen der Bewegungsformen (z.B. Bein und Armbewegungen beim Aerobic), Kooperation in der Gruppe

Kriterien:

Koordination: Ausprägung von Kopplungs-, Differenzierungs-, Wahrnehmungs-, Gleichgewichts- und Rhythmisierungsfähigkeit
Gestaltungskriterien: Synchronität, Schwierigkeitsgrad, Kreativität, Bewegungsausführung, Formationswahl

Fachbegriffe

Bewegungsabläufe benennen (z.B. Basic, V-Step, Grapevine, ...)

Takt, Beat, Taktschema

Koordinative Fähigkeiten benennen und definieren (z. B. Kopplungs-, Differenzierungs-, Wahrnehmungs-, Gleichgewichts- und Rhythmisierungsfähigkeit)

Kursprofilbildung LK Qualifikationsphase

Kursprofil - Sequenzbildung³ (Leistungskurs)

| | |
|--|---|
| <p><u>BF Spielen in Regelstrukturen – Sportspiele</u></p> <p><u>BF Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</u></p> | <p>IF a Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <p>IF b Bewegungsgestaltung</p> <p>IF c Wagnis und Verantwortung</p> <p>IF d Leistung</p> <p>IF e Kooperation und Konkurrenz</p> <p>IF f Gesundheit</p> |
|--|---|

| Halb-jahr | Bezug zu den KE | | Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände) | Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen ⁴ | | |
|-----------|---|--|--|---|---|---|
| | BWK | SK/ MK/ UK | | Praxis | | Theorie |
| | | | | w | f | Vorgaben 2017 |
| Q1.1 | Verfahren zur Leistungsdiagnostik. | UK: Die eigene Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit anderer auch vor dem Hintergrund standardisierter Testverfahren kriteriengeleitet bewerten. | Leistung beobachten, Leistung messen. (d) | X | | Conconi-Test Ausdauer- und Kraftbereich Kurzfristige Reaktionen und langfristige Anpassungserscheinungen des Herz-Kreislauf-Systems und der Muskulatur. |
| | Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA bis 45 Minuten) | SK: Trainingspläne erstellen und erläutern. Physiologische Anpassungsvorgänge durch Training erläutern. MK: Die Entwicklung der individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (Trainingstagebuch) | Das Training der sportmotorischen Hauptbeanspruchungsform Ausdauer unter Berücksichtigung trainingswissenschaftlicher Grundlagen und gesundheitsfördernde Relevanz. (d, f) | X | | Trainingsprinzipien, -methoden und -formen im Ausdauerbereich Konditionelle Fähigkeiten |
| | Grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten reflektiert anwenden. | SK: Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. | Erlernen und Festigen technischer Fertigkeiten im Basketball (Dribbling, Korbleger, Positionswurf, Sprungwurf). (a, e) | | X | Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen. Lernstufen nach Meinel/Schnabel Analysatoren/Informationskanäle |
| | Technik des Hürdenlaufs und des Hochsprungs unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer | SK: Unterschiedliche Konzepte motorischen Lernens. Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern. | Erlernen und Festigen der leichtathletischer Disziplinen Hochsprung, und Hürdenlauf. (a, c) | | X | Phasenstruktur nach Meinel Koordinative Fähigkeiten (nach Hirtz) Analysatoren/Informations- |

³ Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

⁴ W = wettkampfbefugte f = fakultativ

| | | | | | | |
|--|--------------------------|--|--|--|--|--------|
| | Sachverhalte optimieren. | Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. UK: unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen. | | | | kanäle |
|--|--------------------------|--|--|--|--|--------|

| | | | | | |
|------|--|--|--|---|--|
| Q1.2 | <p>Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen für sich und andere planen und durchführen. Selbständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden. Unterschiedliche Dehnmethode unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden. Funktionsgerechtes Bewegen und funktionale Übungen zur Ausbildung muskulärer Balance anwenden.</p> | <p>SK: Gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern. MK: Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.</p> | <p>Funktionale Zusammenhänge im menschlichen Bewegungsapparat, insbesondere das Zusammenspiel von Kraft und Beweglichkeit. (b, f)</p> | X | <p>Sportarten und sportliche Handlungsmuster im Hinblick auf gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren. Risikofaktoren-Modell, Modell der Salutogenese.</p> |
| | <p>Grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.</p> | <p>MK: Bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden. UK: Anforderungssituationen auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren beurteilen.</p> | <p>Wiederholen und Erweitern der grundlegenden Fertigkeiten im Badminton (Aufschlag, Clear, Drop, Smash). Bedeutung der konditionellen Voraussetzungen für ein erfolgreiches Badmintonspiel. (a, d, e)</p> | X | <p>Variation von Bewegungen unter Akzentuierung unterschiedlicher Informations-/Gleichgewichtsanforderungen und Druckbedingungen.</p> |
| | <p>Grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten reflektiert anwenden.</p> | <p>MK: Individual- und gruppentaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. Spezifische Wettkampfgeln erläutern und anwenden. UK: Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren hin beurteilen.</p> | <p>Entwicklung und Erweiterung der komplexen Spielfähigkeit im Basketball, insbesondere der taktische Möglichkeiten in Angriff und Verteidigung im Spiel 3 -3. (a, e)</p> | X | <p>Zielgerichtetes Training der sportartspezifischen aeroben/anaeroben Ausdauer. Integrative Sportspielvermittlung Taktik-Spiel-Modell</p> |
| | <p>Techniken unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren.</p> | <p>SK: Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. MK: Mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und differenziert anwenden. Bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.</p> | <p>Erproben und Erlernen verschiedener, zumeist noch unbekannter leichtathletischer Disziplinen wie Diskuswerfen, Speerwerfen, Stabhochsprung und Dreisprung. (a, c, e)</p> | X | <p>Druckbedingungen und deren Einfluss auf die sportliche Handlungsfähigkeit. biomechanische Prinzipien (nach Hochmuth)</p> |
| | <p>Ausdauer in unterschiedlichen Sportarten gesundheits- und wettkampforientiert optimieren (z.B. Triathlon).</p> | <p>SK: Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (z.B. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern. UK: Unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngewinnungen sportlichen Handelns und des Handelns anderer theoriegeleitet beurteilen. Positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln anderer mit Hilfe von Erklärungsmodellen beurteilen.</p> | <p>Vorbereitung, Durchführung und Auswertung eines komplexen Wettbewerbs. (d, e, f)</p> | X | <p>Risikofaktoren-Modell, Modell der Salutogenese.</p> |

| | | | | | |
|------|--|---|--|---|--|
| Q2.1 | Techniken unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren. Einen leichtathletischen Mehrkampf organisieren und durchführen. | UK: Gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen. Die eigene Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit anderer vor dem Hintergrund standardisierter Messverfahren/Wertetabellen Kriterien geleitet bewerten. | Erweitern und Festigen der Fertigkeiten in ausgewählten leichtathletischen Disziplinen. (a, d) | X | Variation von Bewegungen unter Akzentuierung unterschiedlicher Informations-/Gleichgewichtsanforderungen und Druckbedingungen. |
| | Grundlegende Spielsituationen mit Hilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen. Grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden. | SK: Grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentral-nervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben. Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen. MK: Individual- und gruppentaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. UK: Anforderungssituationen im Sport auf ihr leistungsbegrenzenden Faktoren hin beurteilen. | Erweiterung der Spielfähigkeit im Badminton. (a, d, e) | X | |
| | | MK: Individual-, gruppen- und insbesondere mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Spielen nutzen. UK: Gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen. | Entwicklung und Vertiefung taktischer Verhaltensweisen im Basketball insbesondere hinsichtlich einer Mannschaftstaktik im Spiel 5 – 5 (a, e) | X | Triebtheoretisches Modell nach Freud und Lorenz, Frustrations-Aggressions-Theorie, Lerntheoretischer Ansatz, Sozialisierungstheoretischer Ansatz nach Heitmeyer. |
| | Grundlegende Techniken sicher ausführen und sie in unterschiedlichen Situationen einsetzen. In komplexen Situationen Fähigkeiten und Fertigkeiten variabel demonstrieren. | SK: Unterschiedliche Konzepte motorischen Lernens. Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern. Grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentral-nervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben. Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. Unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern. Ausführungs- und Gestaltungskriterien bei Bewegungsgestaltungen (z.B. Formationsfahren) anhand von Indikatoren erläutern. MK: Mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und differenziert anwenden. Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden. UK: Unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen. Unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen sportlichen Handelns und des Handelns anderer theoriegeleitet beurteilen. Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. | Erlernen und Erweitern von Bewegungserfahrungen in ausgewählten Disziplinen des Wintersports. (a, c) | X | |

| | | | | | | |
|------|--|---|--|---|--|--|
| Q2.2 | <p>Grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten reflektiert anwenden.</p> <p>Grundlegende Spielsituationen mit Hilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen.</p> <p>Grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.</p> | <p>MK: Individual-, gruppen- und insbesondere mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Spielen nutzen.</p> <p>Spielbeobachtung, -analyse und -beurteilung und deren Konsequenzen für den weiteren Vorbereitungsprozess.</p> | <p>Erarbeiten, Trainieren und Festigen der Spielformen der Abiturpraxisprüfung im Basketball. (d, e)</p> | X | | |
| | <p>Techniken optimieren.</p> <p>Optimierung der Ausdauerleistungsfähigkeit.</p> | <p>SK: Trainingspläne erstellen und erläutern.</p> <p>Physiologische Anpassungsvorgänge durch Training erläutern.</p> <p>MK: Die Entwicklung der individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (Trainingstagebuch).</p> <p>UK: Die eigene Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit anderer vor dem Hintergrund der Leistungsanforderungen im Abitur bewerten.</p> | <p>Gruppenspezifisches Trainieren ausgewählter leichtathletischer Inhalte zur Vorbereitung auf den leichtathletischen Dreikampf und individuelles Training für die Ausdauerprüfung. (d, e)</p> | X | | |
| | | | | | | |