

Partitur Sport  
Erprobungsstufe

	5	6	7	8	9	10		
1	BF 2.1 (12 Std)		BF 2.3 (6 Std)		BF 7.2 (12 Std)	BF 3.6 (12 Std)	BF 7.8 (12 Std)	
2	BF 2.2 (6 Std)		BF 2.4 (6 Std)					
3	BF 1.1 (4 Std)		BF 4.4 (20 Std)					
4	BF 3.1 (12 Std)		BF 4.5 (6 Std)		BF 5.1 / 5.3 (12 Std)	BF 1.6 (12 Std)	BF 6.5 (12 Std)	
5	Freiraum (2 Std)		BF 3.2 (12 Std)					
6	BF 7.1 (8 Std)		BF 7.2 (8 Std)		BF 9.1 (12 Std)	BF 7.7 (12 Std)	BF 1.8 (12 Std)	
7	Freiraum (12 Std)		BF 4.6 4.7? (14 Std)					
8	BF 1.2 (4 Std)		BF 9.1 (8 Std)		BF 9.2 (12 Std)	Freiraum (4 Std)	Freiraum (4 Std)	
9	BF 5.1 (12 Std)		BF 1.2 (4 Std)					
10	BF 6.1 (12 Std)		Freiraum (4 Std)		BF 7.1 (12 Std)	BF 1.4 (4 Std)	BF 1.8 (12 Std)	
11	BF 5.2 / 5.3 (12 Std)		BF 7.1 (12 Std)					
12	BF 1.3 (6 Std)		BF 6.3 (12 Std)		BF 9.1 (12 Std)	BF 7.7 (12 Std)	BF 1.8 (12 Std)	
13	Freiraum (2 Std)		BF 6.2 (12 Std)					
14	BF 8.1/8.2 (12 Std)		BF 6.3 (12 Std)		BF 9.2 (12 Std)	Freiraum (4 Std)	Freiraum (4 Std)	
15	BF 4.1 (20 Std)		BF 1.6 (6 Std)					
16	BF 4.2 (20 Std)		BF 3.1 (12 Std)		BF 2.1 (12 Std)	BF 9.3 (12 Std)	BF 5.5 (12 Std)	
17	BF 4.3 (12 Std)		Freiraum (8 Std)					
18	Freiraum (16 Std)		BF 9.2 (8 Std)		BF 3.2 (12 Std)	BF 1.7 (12 Std)	BF 3.7 (12 Std)	
19	BF 3.3 (12 Std)		BF 3.3 (12 Std)					
20	Freiraum (33 Std)		Freiraum (33 Std)		BF 3.2 (12 Std)	Freiraum (16 Std)	Freiraum (16 Std)	
21	Freiraum (15 Std)		Freiraum (15 Std)					
22	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)		Freiraum (15 Std)	Freiraum (16 Std)	Freiraum (16 Std)	
23	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)					
24	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)		Freiraum (15 Std)	Freiraum (16 Std)	Freiraum (16 Std)	
25	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)					
26	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)		Freiraum (15 Std)	Freiraum (16 Std)	Freiraum (16 Std)	
27	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)					
28	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)		Freiraum (15 Std)	Freiraum (16 Std)	Freiraum (16 Std)	
29	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)					
30	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)		Freiraum (15 Std)	Freiraum (16 Std)	Freiraum (16 Std)	
31	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)					
32	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)		Freiraum (15 Std)	Freiraum (16 Std)	Freiraum (16 Std)	
33	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)					
34	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)		Freiraum (15 Std)	Freiraum (16 Std)	Freiraum (16 Std)	
35	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)					
36	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)		Freiraum (15 Std)	Freiraum (16 Std)	Freiraum (16 Std)	
37	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)					
38	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)		Freiraum (15 Std)	Freiraum (16 Std)	Freiraum (16 Std)	
39	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)					
40	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)		Freiraum (15 Std)	Freiraum (16 Std)	Freiraum (16 Std)	
41	Freiraum (16 Std)		Freiraum (12 Std)					
<b>Wochen-</b> <b>stunden</b>	<b>4</b>		<b>3</b>		<b>3</b>		<b>2</b>	
Std / Freiraum	160 Std / Freiraum 32 Std		160 Std / Freiraum 24 Std		120 Std / Freiraum 40 Std		80 Std / Freiraum 20 Std	

**Schulinterner Lehrplan  
Gymnasium Porta Westfalica  
Sekundarstufe I  
Sport**

**(Fassung vom 27.05.2021)**

## **Inhalt**

<b>1</b>	<b>Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit</b> .....	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>Entscheidungen zum Unterricht</b> .....	<b>6</b>
2.1	Unterrichtsvorhaben.....	6
	Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 5.....	7
	Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 6.....	21
	Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 7.....	33
	Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 8.....	41
	Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 9.....	?
	Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 10.....	?
	Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Bewegungsfeldern.....	41
2.2	Grundsätze der fachdidaktischen und fachmethodischen Arbeit .....	49
2.3	Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung.....	62
2.4	Lehr- und Lernmittel .....	59
<b>3</b>	<b>Entscheidungen zu fach- oder unterrichtsübergreifenden Fragen ...</b>	<b>61</b>
<b>4</b>	<b>Qualitätssicherung und Evaluation</b> .....	<b>62</b>

# **1 Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit**

## **Fachliche Bezüge zum Leitbild der Schule**

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

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

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

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

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

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

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

## **Fachliche Bezüge zu den Rahmenbedingungen des schulischen Umfelds**

### Sportstätten der Schule:

- Schuleigene Dreifachsporthalle
- Einfachsporthalle
- Schuleigener Theorieraum mit Präsentationsmöglichkeiten
- Sportplatz mit 6 Laufbahnen und 4 Rundbahnen, 3 Sprunggruben (8 Absprungbretter) sowie 2 Kugelstoßanlagen
- Kunstrasenplatz (78 x 48 m)

### Sportstätten im Umfeld der Schule:

- Nutzung des städtischen Hallenbades (Unterrichtsstunden variieren jedes Schuljahr)
- Waldgelände im unmittelbaren Umfeld der Schule
- Kooperation mit einem örtlichen Tennisverein – Nutzungsmöglichkeiten von 3 Tennisplätzen nach Vereinbarung
- Kooperation mit einem örtlichen Ruderverein – Nutzungsmöglichkeiten von unterschiedlichen Bootsklassen (Oberstufe – Profilbildend)

## **Unterrichtsangebot**

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

<b>Jahrgangsstufe</b>	5	6	7	8	9	10
<b>Unterrichtsstunden</b>	4	3	3	2	3	3

- Differenzierung Wahlpflichtbereich ab Jahrgangsstufe 9<sup>1</sup>: 2-stündig
- Einführungsphase der GOST: 3-stündig
- Qualifikationsphase der GOST - Grundkurs: 3-stündig (auch P4)

---

<sup>1</sup> Mit Anwachsen des G9-Bildungsgangs (voraussichtlich ab dem Schuljahr 2022/23)

Die Fachkonferenz Sport beabsichtigt mit Anwachsen des G9-Bildungsgangs gemäß APO SI zukünftig in den Jahrgangsstufen 9 und 10 das Fach Sport in Verbindung mit Inhalten der Biologie und der Ernährung im Wahlpflichtbereich anzubieten. Dies soll interessierten Schülerinnen und Schülern über den Pflichtunterricht hinaus ermöglichen, grundlegende Erkenntnisse wissenschaftspropädeutischen Arbeiten zu gewinnen und diese für sich selbst und über den Schulsport hinaus zu nutzen. Ansprechpartner ist der Vorsitzende der Fachschaft Sport.

Das Fahrtenprogramm der Schule sieht in Form einer Ski-AG für Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufen 9-13 eine Schneesportfahrt vor. Ansprechpartner ist der Vorsitzende der Fachschaft Sport.

### **Fachliche Bezüge zu schulischen Standards zum Lernen und Lehren**

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich die im Medienkonzept der Schule vereinbarten Themen und Inhalte fachspezifisch aufzugreifen und in konkreten Unterrichtsvorhaben umzusetzen (z.B. Einsatz von Videoanalysen)

### **Fachliche Zusammenarbeit mit außerunterrichtlichen Partnern**

Im Rahmen des außerunterrichtlichen Schulsports der Schule wird Schülerinnen und Schülern ein vielfältiges zusätzliches Angebot zur individuellen Förderung gemacht. Dabei ist eine Kooperation mit außerschulischen Partnern des Sports möglich und auch anzustreben. Ansprechpartner ist der Vorsitzende der Fachschaft Sport.

In Kooperation mit dem SV Hausberge bietet unsere Schule eine Tennis-AG an.

Mit der JSG Hausberge-Holzhausen spielt unsere Schule den Doppelpass2020 – eine Kooperation von Schule und Verein, initiiert durch den DFB.

Mit dem SC Porta Westfalica Nammen existiert eine Kooperation im Bereich der Leichtathletik insbesondere für die Vorbereitung für die Abiturprüfung im Sport.

Zudem kooperiert unsere Schule mit dem SC 80 Porta im Rahmen eines Angebots von Schwimmkursen. Vorrangig gilt dieses Angebot für Schülerinnen und Schüler der 5. Jahrgangsstufe, die noch nicht schwimmfähig sind.

### **Schulsportliches Wettkampfwesen (u.a. „Jugend trainiert für Olympia“)**

Unsere Schule nimmt regelmäßig an den Wettbewerben Fußball (Ansprechpartner Herr Küster), Leichtathletik (Frau Zimmermann) und Schwimmen (Herr Hellwig) teil.

Diese sind auch für die Organisation, Koordination, Auswahl und Förderung verantwortlicher Ansprechpartner. Für die Schulmannschaften findet gegebenenfalls ein Vorbereitungstraining statt, welches durch die drei Ansprechpartner initiiert wird.

## **Schulsportfeste und -turniere; Sport im Rahmen von Schulfesten**

Unsere Fachkonferenz hat beschlossen, dass in ausgewählten Jahrgangsstufen auf der Grundlage des Unterrichts Bundesjugendspiele und Schulsportwettkämpfe und -turniere durchgeführt werden.

In den Jahrgangsstufe 5 und 7 wird ein Schwimmwettkampf im Rahmen eines Hallenschulsporttages durchgeführt. Dieser findet als Klassenwettkampf statt. Ansprechpartner ist der Vorsitzende der Fachschaft Sport.

In der Jahrgangsstufen 6 wird ein Völkerball- und Fußballturnier durchgeführt. Auch diese Wettkämpfe werden im Klassenverband durchgeführt. Ansprechpartner ist der Vorsitzende der Fachschaft Sport.

In den Jahrgangsstufen 5-10 finden jährliche Bundesjugendspiele in der Leichtathletik statt. Diese werden von der Fachschaft Sport organisiert und durch die Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufe 12 unterstützt.

## **Partnerschule des Fußballs**

Unsere Schule ist mit Beginn des Schuljahres 18/19 Partnerschule des Fußballs und bietet einmal in der Woche ein Talentfördertraining nach Richtlinien des DFB an. Projektleiter ist Herr Küster.

Das Programm „Partnerschule des Fußballs“ ist einer von mehreren Bausteinen der Talentförderung des DFB. Da in den 52 Nachwuchsleistungszentren der Lizenzspielervereine nur eine begrenzte Anzahl Nachwuchsspieler/innen ausgebildet werden können, bieten wir vor Ort in Zusammenarbeit mit dem DFB unseren Schülerinnen und Schülern der Jahrgangsstufen 5 und 6 in jahrgangsübergreifenden Talentkursen eine zusätzliche Trainingseinheit an.

In enger Zusammenarbeit mit dem Deutschen Fußball Bund (DFB) sollen Nachwuchsspieler, die nicht bereits in den Leistungszentren großer Vereine wie Arminia Bielefeld oder Borussia Dortmund aktiv sind, hinsichtlich ihrer fußballspezifischen Vielseitigkeit gefördert werden. Wir haben die Federführung bei diesem Projekt und organisieren das Training und die Bereitstellung der Sportstätten. Das Material allerdings wird zum größten Teil vom DFB gestellt.

Mögliche weitere Bausteine der Zusammenarbeit sind die Ausbildung von Jungtrainern, die Schiedsrichterausbildung, die Fortbildung von Sporthelfern und die Teilnahme der Schule an Aktionstagen des Fußball- und Leichtathletik Verbandes Westfalen (FLVW).

Die Auswahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer erfolgt durch den DFB-lizenzierten Leiter des Projektes, Herrn Küster. Gesichtet wird bei zwei Schnuppertrainings und

einem Jahrgangsturnier sowie den künftigen Grundschulstadtmeisterschaften, die unsere Abi-Sportkurse organisieren werden.

Bei der Festlegung der Trainingsinhalte, Trainingsgestaltung, Durchführung von Sichten und Bewertungen von fußballspezifischen Entwicklungen der Schülerinnen und Schüler ist eine Zusammenarbeit mit einem DFB-Stützpunktkoordinator des FLVW und der Leitung des Schulprojektes gewährleistet.

Unterstützt werden sollen die Trainingseinheiten mittelfristig durch Oberstufenschüler, die zuvor vom DFB zu Junior Coaches ausgebildet werden. Neben der wöchentlichen Trainingsarbeit nehmen die Auswahlspieler zudem an Schulmannschaftsturnieren sowie an Vergleichsturnieren mit anderen DFB-Partnerschulen des FLVW teil.

### **Junior Coach**

In einem zweijährigen Rhythmus und erstmals im Januar 2020 werden an unserer Schule im Rahmen unserer DFB-Kooperation „Partnerschule des Fußballs“ Schülerinnen und Schüler zu DFB-JUNIOR-COACHES ausgebildet.

Der DFB-JUNIOR-COACH bildet eine wichtige Säule innerhalb der DFB-Qualifizierungsoffensive und dient als Einstieg in die lizenzierte Trainertätigkeit. Das Programm geht die großen Herausforderungen für den Fußball an, wie den demografischen Wandel, die Ausdehnung der Schulzeit und das rückläufige Engagement beim Ehrenamt. Ziele des Programms sind somit sowohl die Sicherung des Trainernachwuchses in Deutschland als auch die Förderung des Ehrenamtes.

Fußballbegeisterte Schülerinnen und Schüler ab 15 Jahren werden in einer 40-stündigen Schulung zum DFB-JUNIOR-COACH ausgebildet. Die Jugendlichen sollen somit frühzeitig Trainererfahrung sammeln und Kindern den Spaß am Fußball vermitteln. Die Ausbildung wird vom Fußball- und Leichtathletikverband Westfalen (FLVW) begleitet.

Nach der Ausbildung sollen die ausgebildeten Junior Coaches Fußball-AGs an Grundschulen in Porta Westfalica und an unserer Schule leiten. Ferner werden sie durch ein Mentoring-Programm weiter begleitet, um in Vereinen eingesetzt zu werden.

### **Grundschulstadtmeisterschaften**

Unsere Schule richtet im Rahmen des DFB-Projektes „Partnerschule des Fußballs“ jährlich die Grundschulstadtmeisterschaften im FUNINO aus. Diese sind immer terminiert auf den letzten Freitag im September.

Bei Organisation und Durchführung wird die Fachschaft Sport von Sport-Abiturienten und –Abiturientinnen unterstützt.



## 2.1 Unterrichtsvorhaben

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

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

Der ausgewiesene Zeitbedarf sowie die Reihenfolge der Unterrichtsvorhaben verstehen sich als grobe Orientierungsgrößen. Der Schulinterne Lehrplan ist so gestaltet, dass er zusätzlichen Spielraum für Vertiefungen, besondere Interessen von Schülerinnen und Schülern, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Praktika, Klassenfahrten o.Ä.) belässt.

## Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 5

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
<b>UV 1</b>	„ <b>Gemeinsam spielen</b> “ – Regeln einhalten und fair miteinander umgehen	<b>2.1</b>	<b>8</b>
<b>UV 2</b>	„ <b>Spielen, dass es allen Spaß macht</b> “ – Kleine Spiele kriteriengeleitet verändern	<b>2.2</b>	<b>6</b>
<b>UV 3</b>	„ <b>Warm Up and Cool Down</b> “ - Wie bereite ich meinen Körper auf sportliche Belastung vor?	<b>1.1</b>	<b>4</b>
<b>UV 4</b>	„ <b>Rennen, Hüpfen, Werfen</b> “ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren	<b>3.1</b>	<b>12</b>
<b>UV 5</b>	„ <b>Heidelberger Ballschule</b> “ – Technikerwerb des Passens und Fangens	<b>7.1</b>	<b>8</b>
<b>UV 6</b>	„ <b>Gestaltung eines Konditionsparcours</b> “	<b>1.2</b>	<b>4</b>
<b>UV 7</b>	„ <b>Spannungsgeladene Ninja Warriors</b> “ – Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Gerätestationen nutzen	<b>5.1</b>	<b>12</b>
<b>UV 8</b>	„ <b>Wir tanzen zu aktuellen Hits mit einfachen Aerobicsschritten</b> “ – Auf der Grundlage einer gemeinsamen Basischoreographie eine tänzerische Gestaltung mit einfachen Aerobicsschritten in Kleingruppen entwickeln	<b>6.1</b>	<b>12</b>
<b>UV 10</b>	„ <b>Laufen</b> “ kann Spaß machen.	<b>1.3</b>	<b>6</b>
<b>UV 11</b>	„ <b>Auf die Rollen, kurven, bremsen</b> “ – Einen selbst erstellten niveaudifferenzierten Skate-Parcours sicherheitsbewusst bewältigen	<b>8.1/ 8.2</b>	<b>12</b>
<b>UV 12</b>	„ <b>Erlebniswelt Wasser</b> “ – Gleiten, Tauchen, Springen, Auftrieb erleben – Tauchspiele, Sprünge, Rollen, Wassergewöhnungsspiele	<b>4.1</b>	<b>8</b>
<b>UV 13</b>	„ <b>Auf dem Weg zur perfekten Brusttechnik!</b> “ – Erwerb/Vertiefung der Brusttechnik (inklusive Startsprung und Brustwende) mit dem Ziel, 10 Minuten ohne Pause gesundheitsorientiert zu schwimmen	<b>4.2</b>	<b>20</b>
<b>UV 14</b>	„ <b>Orientieren im und unter Wasser</b> “ – Springen und Tauchen im Element Wasser	<b>4.3</b>	<b>12</b>

<b>Jahrgangsstufe: 5</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 2.1</b>
<b>Thema des UV: Gemeinsam spielen – Regeln einhalten und fair miteinander umgehen</b>		
<b>BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>	<b>Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> • kooperative Spiele	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> • Interaktion im Sport [e]	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> • Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen [6 BWK 2.1]	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] <b>MK</b> • in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] <b>UK</b> • sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]	

<b>Jahrgangsstufe: 5</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 2.2</b>
<b>Thema des UV: „Spielen, dass es allen Spaß macht“ – Regeln einhalten und fair miteinander umgehen</b>		
<b>BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>	<b>Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> • kooperative Spiele	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Interaktion im Sport [e]	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> • Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten [6 BWK 2.2]	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] <b>MK</b> • selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] • in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] <b>UK</b> • sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs:	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
<b>Thema des UV: „Warm Up and Cool Down“</b> - Wie bereite ich meinen Körper auf sportliche Belastung vor?		
<b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>f - Gesundheit</b> Wählen Sie ein Element aus.	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> <li>• aerobe Ausdauerfähigkeit</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen [6 BWK 1.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.1
<b>Thema des UV: „Rennen, Hüpfen, Werfen“</b> - Grundlegendes leichtathletisches Bewegten in seiner Vielfalt erleben und erfahren		
<b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegendes leichtathletisches Bewegten</li> <li>• leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegendes leichtathletisches Bewegten (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1]</li> <li>1) • leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau ausführen [6 BWK 3.2]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]</li> <li>2)</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
Thema des UV: „Heidelberger Ballschule“ – Technikerwerb des Passens und Fangens		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>weitere Sportspiele und Sportspielvarianten</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden [6 BWK 7.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1]</li> <li>einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe:5/6	Dauer des UVs:	Nummer des UVs im BF/SB: 1.2
<b>Thema des UV: Gestaltung eines Konditionsparcours (oder BWK zu anderen UVs)</b>		
<b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> d - Leistung f - Gesundheit	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> <li>• allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen [6 BWK 1.2]</li> <li>• grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden [6 BWK 1.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]</li> </ul>	



Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 5.1
<b>Thema des UV: „Ninja Warriors“</b> - Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Gerätestationen nutzen		
<b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>c - Wagnis und Verantwortung</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• normungebundenenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Barren, Kasten u.a.) demonstrieren [6 BWK 5.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]</li> <li>• einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 6.1
<b>Thema des UV: „Wir tanzen zu aktuellen Hits mit einfachen Aerobicsschritten“</b> – Auf der Grundlage einer gemeinsamen Basischoreographie eine tänzerische Gestaltung mit einfachen Aerobicsschritten in Kleingruppen entwickeln		
<b>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>b - Bewegungsgestaltung</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltung [b]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren [6 BWK 6.2]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen [6 SK b2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1]</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 5</b>	<b>Dauer des UVs: 1</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 1.3</b>
<b>Thema des UV: „Laufen“ kann Spaß machen.</b>		
<b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>d - Leistung</b> <b>f - Gesundheit</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• aerobe Ausdauerfähigkeit</li> <li>• allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15', beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15', Aerobic 15', Radfahren 30) erbringen [6 BWK 1.4]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]</li> <li>• Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]</li> </ul>	

<b>Jahrgangsstufe: 5</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 8.1</b>
<b>Thema des UV: „Auf die Rollen, kurven, bremsen“</b> – Einen selbst erstellten niveaudifferenzierten Skate-Parcours sicherheitsbewusst bewältigen		
<b>BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/Wintersport</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> f - Gesundheit
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät kontrolliert fortbewegen, gezielt die Richtung ändern sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen [6 BWK 8.1]</li> <li>• grundlegende, gerätspezifische Anforderungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter bewegungsökonomischen oder gestalterischen Aspekten sicherheitsbewusst bewältigen [6 BWK 8.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1]</li> <li>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]</li> </ul> <b>3)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]</li> </ul>	

<b>Jahrgangsstufe: 5</b>	<b>Dauer des UVs: 8</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.1</b>
<b>Thema des UV: „Erlebniswelt Wasser“ – Gleiten, Tauchen, Springen, Auftrieb erleben – Tauchspiele, Sprünge, Rollen, Wassergewöhnungsspiele</b>		
<b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>f – Gesundheit</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen [6 BWK 4.1]</li> <li>• grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> <li>• grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]</li> <li>• Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]</li> </ul>	

<b>Jahrgangsstufe: 5</b>	<b>Dauer des UVs: 20</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.2</b>
<b>Thema des UV: „Auf dem Weg zur perfekten Brusttechnik!“ – Erwerb/Vertiefung der Brusttechnik (inklusive Startsprung und Brustwende) mit dem Ziel, 10 Minuten ohne Pause gesundheitsorientiert zu schwimmen</b>		
<b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d – Leistung	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>sicheres und ausdauern-des Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> <li>Schwimmarten einschließlich Start und Wende</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen [6 BWK 4.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> <li>die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]</li> <li>psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1]</li> <li>einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]</li> <li>einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]</li> </ul>	

<b>Jahrgangsstufe: 5</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.3</b>
<b>Thema des UV: „Orientieren im und unter Wasser“ – Springen und Tauchen im Element Wasser</b>		
<b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>c - Wagnis und Verantwortung</b> <b>f – Gesundheit</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen [6 BWK 4.4]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> <li>• Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2]</li> <li>• grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]</li> <li>• verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1]</li> </ul>	

## Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 6

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
<b>UV 1</b>	„ <b>Spielekartei</b> “ – Entwicklung und Evaluation kleiner Spiele	<b>2.3</b>	<b>6</b>
<b>UV 2</b>	„ <b>Schärfe deine Sinne</b> “ – kleine Spiele zur Verbesserung von Konzentration und Merkfähigkeit	<b>2.4</b>	<b>6</b>
<b>UV 3</b>	„ <b>Abgerechnet wird zum Schluss</b> “ – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch	<b>3.2</b>	<b>12</b>
<b>UV 4</b>	<b>Vom 10er Ball zum Turmbasketball</b> – eine Annäherung an das große Mannschaftsspiel Basketball	<b>7.2</b>	<b>8</b>
<b>UV 5</b>	„ <b>Der Ball gehört mir</b> “ – kooperative Erarbeitung, Präsentation, Erprobung und Bewertung verschiedener Verteidigungsstrategien im Kampf um einen Ball	<b>9.1</b>	<b>8</b>
<b>UV 6</b>	<b>Gestaltung eines Konditionsparcours</b>	<b>1.2</b>	<b>4</b>
<b>UV7</b>	„ <b>Meine erste Turnkür</b> “ - Eine Bewegungsverbinding aus turnerischen Grundelementen am Boden demonstrieren	<b>5.2/5.3</b>	<b>12</b>
<b>UV 7</b>	„ <b>Seil- oder Reifentricks zur Musik mit Partner</b> “ – Entwicklung einer Minichoreographie mit Seil oder Reifen zum Rhythmus der Musik gestalten und dabei mindestens 3 Tricks kombinieren und demonstrieren	<b>6.2</b>	<b>12</b>
<b>UV 8</b>	<b>Vom Federball zum Badminton</b> – vom Miteinander zum Gegeneinander	<b>7.3</b>	<b>8</b>
<b>UV 9</b>	„ <b>Kleine Kämpfe</b> “ – Das Zweikämpfen spielerisch erfahren und fair mit dem Partner umgehen	<b>9.2</b>	<b>8</b>
<b>UV 10</b>	„ <b>Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf</b> “ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben	<b>3.3</b>	<b>12</b>



Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 2.4
<b>Thema des UV: Spielekartei – Entwicklung und Evaluation kleiner Spiele</b>		
<b>BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>e – Kooperation und Konkurrenz</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> • kleine Spiele und Pausenspiele	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen [6 BWK 2.4]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]</li> <li>• in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 2.3
<b>Thema des UV:</b> „Schärfe deine Sinne“ – Kleine Spiele zur Verbesserung von Konzentration und Merkfähigkeit		
<b>BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen [6 BWK 2.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1]</li> </ul>	

<b>Jahrgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.3</b>
<b>Thema des UV: „Abgerechnet wird zum Schluss“ – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch</b>		
<b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>d - Leistung</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>Leistungsverständnis im Sport [d]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen [6 BWK 3.2]</li> </ul> 4) <ul style="list-style-type: none"> <li>einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfvhaltens durchführen [6 BWK 3.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 7.2
<b>Thema des UV: „Vom 10er Ball zum Turmbasketball“ – eine Annäherung an das große Mannschaftsspiel Basketball</b>		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungskernen</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]</li> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren. (6 MK e2)</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 9.1
<b>Thema des UV: „Der Ball gehört mir“</b> – Kooperative Erarbeitung, Präsentation, Erprobung und Bewertung verschiedener Verteidigungsstrategien im Kampf um einen Ball		
<b>BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>c - Wagnis und Verantwortung</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen um Raum und Gegenstände</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen [6 BWK 9.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]</li> <li>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]</li> <li>• verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]</li> </ul>	

<b>Jahrgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs:</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 1.2</b>
<b>Thema des UV: Gestaltung eines Konditionsparcours</b>		
<b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> d - Leistung f - Gesundheit	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> <li>• allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen [6 BWK 1.2]</li> <li>• grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden [6 BWK 1.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]</li> </ul>	

<b>Jahrgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 5.2/3</b>
<b>Thema des UV: „Meine erste Turnkür“</b> - Eine Bewegungsverbinding aus turnerischen Grundelementen am Boden demonstrieren		
<b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> • normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Interaktion im Sport [e]	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> • eine Bewegungsverbinding aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren [6 BWK 5.2] • grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [6 BWK 5.3]	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] • grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1] <b>MK</b> • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1] • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] <b>UK</b> • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]	

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 6.2
<b>Thema des UV: „Seil- oder Reifentricks zur Musik mit Partner“</b> – Entwicklung einer Minichoreographie mit Seil oder Reifen zum Rhythmus der Musik gestalten und dabei mindestens 3 Tricks kombinieren und demonstrieren		
<b>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>b – Bewegungsgestaltung</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Variation von Bewegung [b]</li> <li>Präsentation von Bewegungsgestaltung [b]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen [6 BWK 6.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1]</li> <li>einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]</li> </ul>	



<b>Jahrgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs: 8</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.3</b>
<b>Thema des UV: „Vom Federball zum Badminton“ – vom Miteinander zum Gegeneinander</b>		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz
<b>Inhaltliche Kerne:</b> • Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] • Interaktion im Sport [e]	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> • sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2] • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-kordinative Fertigkeiten in spiele-risch-situationsorientierten Handlungen anwenden [6 BWK 7.3]	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] <b>MK</b> • selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] <b>UK</b> • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]	

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 9.2
<b>Thema des UV: „Kleine Kämpfe“</b> – Das Zweikämpfen spielerisch erfahren und fair mit dem Partner umgehen		
<b>BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>c - Wagnis und Verantwortung</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen [6 BWK 9.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]</li> <li>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]</li> <li>• verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]</li> </ul>	

<b>Jahrgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.4</b>
<b>Thema des UV: „Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf“ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben</b>		
<b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> Wählen Sie ein Element aus.	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegendes leichtathletisches Bewegungen</li> <li>• leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegendes leichtathletisches Bewegungen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1]</li> <li>• leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitenniveau ausführen [6 BWK 3.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]</li> </ul>	

## Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 7

Nummerierung	Name des UV	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
<b>UV 1</b>	„ <b>Erlebniswelt Wasser</b> “ - Erwerb der Wechselzugtechnik Kraul und Vertiefung der bereits erworbenen Gleichzugtechnik Brust	<b>4.4</b>	<b>20</b>
<b>UV 2</b>	„ <b>Erlebniswelt Wasser</b> “ - Entwicklung einer Choreographie im Wasser	<b>4.5</b>	<b>6</b>
<b>UV 3</b>	„ <b>Erlebniswelt Wasser</b> “ – Rettungsschwimmen – Gefahren im Wasser erkennen und sicher bewältigen sowie sich selbst und andere retten können	<b>4.6</b>	<b>14</b>
<b>UV 4</b>	„ <b>Sich funktional aufwärmen</b> “	<b>1.4</b>	<b>4</b>
<b>UV 5</b>	„ <b>Basketball mit Köpfchen</b> “ – Dribbling und Korbleger als neue Waffen des Angriffs	<b>7.1</b>	<b>12</b>
<b>UV 6</b>	„ <b>So sieht das aus!?</b> “ – Die eigene Bewegungsqualität in der Ball-Ko-Robics Choreographie durch Fremdbeobachtung (analoge Medien) und Selbsteinschätzung (digitale Medien) verbessern und den Nutzen unterschiedlicher Medien beim Bewegungslernen vergleichend beurteilen	<b>6.3</b>	<b>12</b>
<b>UV7</b>	„ <b>Sportarten fordern, aber wie?</b> “ – Koordinative Fähigkeiten als Leistungsfaktor	<b>1.6</b>	<b>6</b>
<b>UV 7</b>	„ <b>Lauf, Forrest, Lauf</b> “ – Ausdauernd und gesund laufen	<b>3.3</b>	<b>12</b>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 20	Nummer des UVs im BF/SB: 4.4
<b>Thema des UV: „Erlebniswelt Wasser“</b> - Erwerb der Wechselzugtechnik Kraul und Vertiefung der bereits erworbenen Gleichzugtechnik Brust		
<b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>d - Leistung</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmarten einschließlich Start und Wende</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>• Leistungsverständnis im Sport [d]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher ausführen [10 BWK 4.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1]</li> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</li> <li>• in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]</li> <li>• sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 4.5
Thema des UV: „Erlebniswelt Wasser“ - Entwicklung einer Choreographie im Wasser		
<b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>b - Bewegungsgestaltung</b> <b>f - Gesundheit</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> <li>• Gestaltungskriterien [b]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Techniken und Fertigkeiten im Wasser (Schwimmen, Tauchen oder Springen) spielerisch oder ästhetisch oder kreativ zur Bewältigung unterschiedlicher Anforderungssituationen im Wasser nutzen [10 BWK 4.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> <li>• das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2]</li> <li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen - allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1]</li> <li>• Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2]</li> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li> </ul>	

<b>Jahrgangsstufe: 7</b>	<b>Dauer des UVs: 14</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.6</b>
<b>Thema des UV: „Erlebniswelt Wasser“ – Rettungsschwimmen – Gefahren im Wasser erkennen und sicher bewältigen sowie sich selbst und andere retten können</b>		
<b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> f - Gesundheit c - Wagnis und Verantwortung	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c]</li> <li>Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> <li>Handlungssteuerung [c]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- und Fremdrettung sachgerecht nutzen [10 BWK 4.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1]</li> <li>emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2]</li> <li>die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]</li> <li>Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 6.3
<p><b>Thema des UV:</b> „So sieht das aus!“ – Die eigene Bewegungsqualität in der Ball-Ko-Robics Choreographie durch Fremdbeobachtung (analoge Medien) und Selbsteinschätzung (digitale Medien) verbessern und den Nutzen unterschiedlicher Medien beim Bewegungslernen vergleichend beurteilen</p>		
<p><b>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b></p> <p><b>b - Bewegungsgestaltung</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgerät oder Alltagsmaterialien)</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>Variation von Bewegung [b]</li> <li>Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (Ball, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.1]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2]</li> <li>kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]</li> <li>analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]</li> </ul>	



Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs:	Nummer des UVs im BF/SB: 1.5
<b>Thema des UV:</b> „Sportarten fordern, aber wie?“ – Koordinative Fähigkeiten als Leistungsfaktor		
<b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d - Leistung	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich funktional und wahrnehmungsorientiert - allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen [10 BWK 1.1]</li> </ul> 5) <ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [10 BWK 1.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>• grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 3.1
<b>Thema des UV:</b> „Lauf, Forrest, Lauf“ – Ausdauernd und gesund laufen		
<b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> d - Leistung e - Kooperation und Konkurrenz	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> <li>• traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Leistungsverständnis im Sport [d]</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau ausführen [6 BWK 3.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]</li> </ul>	

<b>Jahrgangsstufe: 7</b>	<b>Dauer des UVs: 8</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.1</b>
--------------------------	-------------------------	-------------------------------------

**Thema des UV: „Basketball mit Köpfchen“ – Dribbling und Korbleger als neue Waffen des Angriffs**

**BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele**

**Inhaltsfelder:**

- a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen**
- e - Kooperation und Konkurrenz**

**Inhaltliche Kerne:**

- Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]
- Interaktion im Sport [e]

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**

**BWK**

- sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2]

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

**SK**

- für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]
- Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]

**MK**

- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]
- Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]
- in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]

**UK**

- das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]

## Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 8

Nummerierung	Name des UV	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
<b>UV 1</b>	„ <b>Festhalten und Befreien</b> “ – Lösungen für Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln	<b>9.1</b>	
<b>UV 2</b>	„ <b>Festhalten und Befreien</b> “ – Erarbeitete Lösungen für Zweikampfsituationen im Wettkampf kontrolliert anwenden und nutzen	<b>9.2</b>	
<b>UV 3</b>	„ <b>Life Kinetik – Beweg dich schlau!</b> “ - Lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen	<b>2.1</b>	
<b>UV 4 / 5</b>	„ <b>Nur Fliegen ist schöner</b> “ - turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau am Sprung oder Reck demonstrieren	<b>5.1 / 5.3</b>	
<b>UV 5</b>	„ <b>Das Wettkampfspiel Badminton</b> “ – Der bewusste Einsatz von erlernten Schlagtechniken im Einzel und Doppel	<b>7.2</b>	
<b>UV 6</b>	„ <b>Übung macht den Meister</b> “ – Unterschiedliche leichtathletische Techniken durch gezieltes Lernen und Üben verbessern	<b>3.2</b>	

<b>Jahrgangsstufe: 8</b>	<b>Dauer des UVs:</b> Wählen Sie ein Element aus.	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 9.1</b>
<b>Thema des UV: „Festhalten und Befreien“ – Lösungen für Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln</b>		
<b>BF/SB 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li></ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li><li>• Interaktion im Sport [e]</li><li>• Wählen Sie ein Element aus.</li></ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Haltegriffe und Befreiungen, Falltechniken) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z.B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden [10 BWK 9.1]</li></ul> <p><sup>6)</sup> Wählen Sie ein Element aus.</p>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li><li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li></ul> <p><sup>7)</sup> Wählen Sie ein Element aus.</p> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]</li></ul> <p><sup>8)</sup> Wählen Sie ein Element aus.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Wählen Sie ein Element aus.</li></ul> <p><b>9)</b></p> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li></ul>	

<b>Jahrgangsstufe: 8</b>	<b>Dauer des UVs:</b> Wählen Sie ein Element aus.	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 9.2</b>
<b>Thema des UV: „Festhalten und Befreien“ – Erarbeitete Lösungen für Zweikampfsituationen im Wettkampf kontrolliert anwenden und nutzen</b>		
<b>BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b> <b>f - Gesundheit</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situation-s angemessen, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2]</li> </ul> <sup>10)</sup> Wählen Sie ein Element aus.	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.<sup>11)</sup></li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</li> <li><sup>12)</sup> die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus. <b>13)</b></li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]</li> </ul>	

<b>Jahrgangsstufe: 8</b>	<b>Dauer des UVs: 6</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 2.1</b>
--------------------------	-------------------------	-------------------------------------

**Thema des UV:** „Life Kinetik – Beweg dich schlau!“ - Lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen

**BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen**

**Inhaltsfelder:**

**e - Kooperation und Konkurrenz**

**f - Gesundheit**

**Inhaltliche Kerne:**

- Kleine Spiele und Pausenspiele
- Wählen Sie ein Element aus.

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]
- Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]
- Wählen Sie ein Element aus.

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**

**BWK**

- lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.1]

<sup>14)</sup>

Wählen Sie ein Element aus.

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

**SK**

- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1]
- <sup>15)</sup> • Wählen Sie ein Element aus.
- Wählen Sie ein Element aus.

**MK**

- Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2]

<sup>16)</sup>

- Wählen Sie ein Element aus.

- Wählen Sie ein Element aus.

**UK**

- Wählen Sie ein Element aus.

<b>Jahrgangsstufe: 8</b>	<b>Dauer des UVs:</b> Wählen Sie ein Element aus.	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 5.1</b>
<b>Thema des UV: „Nur Fliegen ist schöner“</b> - turnerische Grundelemente auf technisch-koodinativ grundlegendem Niveau am Sprung <u>oder</u> Reck demonstrieren		
<b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungsklernen</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• turnerische Grundelemente auf technisch-koodinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [10 BWK 5.1]</li> </ul> <sup>17)</sup> turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>• unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]</li> </ul> <sup>18)</sup> <ul style="list-style-type: none"> <li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li> </ul> <b>19)</b> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]</li> </ul>	



<b>Jahrgangsstufe: 8</b>	<b>Dauer des UVs: 18</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.2</b>
<b>Thema des UV: Das Wettkampfspiel Badminton – Der bewusste Einsatz von erlernten Schlagtechniken im Einzel und Doppel</b>		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b> <b>d - Leistung</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Grundlegende Aspekte motorischen Lernens</li> <li>Interaktion im Sport</li> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kogn. Fähigkeiten u. technisch-koordin. Fertigkeiten in spielerisch-situationsorient. Handlungen anwenden	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern</li> <li>Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motor. Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen</li> </ul> <b>20)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden</li> </ul> <b>21)</b> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen</li> <li>Die eigene und die Leistungsfähigkeit andere in unterschiedlichen sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen</li> </ul>	

<b>Jahrgangsstufe: 8</b>	<b>Dauer des UVs:</b> Wählen Sie ein Element aus.	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 9.1</b>
<b>Thema des UV: „Festhalten und Befreien“ – Lösungen für Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln</b>		
<b>BF/SB 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungskörpererfahrung</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Haltegriffe und Befreiungen, Falltechniken) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z.B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden [10 BWK 9.1]</li> </ul> <sup>22)</sup> Wählen Sie ein Element aus.	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>• <sup>23)</sup></li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]</li> </ul> <sup>24)</sup> <b>25)</b> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li> </ul>	

<b>Jahrgangsstufe: 8</b>	<b>Dauer des UVs: 14</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.2</b>
<b>Thema des UV: „Übung macht den Meister“</b> – Unterschiedliche leichtathletische Techniken durch gezieltes Lernen und Üben verbessern		
<b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>		
<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>		
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-kognitiven Fertigniveau ausführen [10 BWK 3.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li> <li>• den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]</li> </ul>	

## Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Bewegungsfeldern

### BF/SB 1 – Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten entdecken

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Min.)
1.1	„Warm Up and Cool Down“ - Wie bereite ich meinen Körper auf sportliche Belastung vor?	5	4
1.2	„Gestaltung eines Konditionsparcours“	5	4
1.3	„Laufen“ kann Spaß machen.	5	6
1.2	„Gestaltung eines Konditionsparcours“	6	4
1.4	„Sich funktional aufwärmen“	7	4
1.5	„Sportarten fordern, aber wie?“ – Koordinative Fähigkeiten als Leistungsfaktor	7	6

## BF/SB 2 - Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Min.)
2.1	„ <b>Gemeinsam spielen</b> “ – Regeln einhalten und fair miteinander umgehen	5	8
2.2	„ <b>Spielen, dass es allen Spaß macht</b> “ – Regeln einhalten und fair miteinander umgehen	5	6
2.3	„ <b>Spielekartei</b> “ – Entwicklung und Evaluation kleiner Spiele	6	6
2.4	„ <b>Schärfe deine Sinne</b> “ – Kleine Spiele zur Verbesserung von Konzentration und Merkfähigkeit	6	6
2.3 (2.1)	„ <b>Life Kinetik – Beweg dich schlau!</b> “ - Lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen	8	6

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

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
3.1	„ <b>Rennen, Hüpfen, Werfen</b> “ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren	5	12
3.2	„ <b>Abgerechnet wird zum Schluss</b> “ – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch	6	12
3.3	„ <b>Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf</b> “ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben	6	12
3.4 (3.1)	„ <b>Lauf, Forrest, Lauf</b> “ – Ausdauernd und gesund laufen	7	12
3.5 (3.2)	„ <b>Übung macht den Meister</b> “ – Unterschiedliche leichtathletische Techniken durch gezieltes Lernen und Üben verbessern	8	14

## BF/SB 4 – Bewegungen im Wasser - Schwimmen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
4.1	<b>Erlebniswelt Wasser</b> – Gleiten, Tauchen, Springen, Auftrieb erleben – Tauchspiele, Sprünge, Rollen, Wassergewöhnungsspiele	5	8
4.2	<b>Auf dem Weg zur perfekten Brusttechnik</b> – Beim Erlernen des Kraulschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen	5	20
4.3	<b>„Orientieren im und unter Wasser“</b> – Springen und Tauchen im Element Wasser	5	12
4.4	<b>„Erlebniswelt Wasser“</b> - Erwerb der Wechselzugtechnik Kraul und Vertiefung der bereits erworbenen Gleichzugtechnik Brust	7	20
4.5	<b>„Erlebniswelt Wasser“</b> – Entwicklung einer Choreographie im Wasser	7	6
4.6	<b>„Erlebniswelt Wasser“</b> - Rettungsschwimmen	7	14

## BF/SB 5 – Bewegen an Geräten - Turnen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
<b>5.1</b>	„ <b>Spannungsgeladene Ninja Warriors</b> “ – Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Geräte- und Abenteuerstationen und -parcours nutzen	<b>5</b>	<b>12</b>
<b>5.2</b>	„ <b>Meine erste Turnkür</b> “ – Eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen am Boden demonstrieren	<b>6</b>	<b>12</b>
<b>5.3</b>	<b>Grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen</b>	<b>6</b>	<b>4</b>
<b>5.4 / 5.5</b> (5.1 / 5.3)	„ <b>Nur Fliegen ist schöner</b> “ - turnerische Grundelemente auf technisch-koodinativ grundlegendem Niveau am Sprung oder Reck demonstrieren	<b>8</b>	



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

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
6.1	„Wir tanzen zu aktuellen Hits mit einfachen <b>Aerobicsschritten</b> “ – Auf der Grundlage einer gemeinsamen Basischoreographie eine tänzerische Gestaltung mit einfachen Aerobicsschritten in Kleingruppen entwickeln	5	12
6.2	„ <b>Seil- oder Reifentricks zur Musik mit Partner</b> “ – Entwicklung einer Minichoreographie mit Seil oder Reifen zum Rhythmus der Musik gestalten und dabei mindestens 3 Tricks kombinieren und demonstrieren	6	12
6.3	„ <b>So sieht das aus</b> “ – Ball-Ko-Robics-Choreographie	7	12

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

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Min.)
7.1	„ <b>Heidelberger Ballschule</b> “ – Technikerwerb des Passens und Fangens	5	12
7.2	„ <b>Vom 10er Ball zum Turmbasketball</b> “ – eine Annäherung an das große Mannschaftsspiel Basketball	6	8
7.3	„ <b>Vom Federball zum Badminton</b> “ – vom Miteinander zum Gegeneinander	6	8
7.4	„ <b>Basketball mit Köpfchen</b> “ – Dribbling und Korbleger als neue Waffen des Angriffs	7	12
7.2	„ <b>Das Wettkampfspiel Badminton</b> “ – Der bewusste Einsatz von erlernten Schlagtechniken im Einzel und Doppel	8	

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

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
8.1/8.2	„ <b>Auf die Rollen, kurven, bremsen</b> “ – Einen selbst erstellten niveaudifferenzierten Skate-Parcours sicherheitsbewusst bewältigen	5	12

## BF/SB 9 – Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
9.1	„ <b>Der Ball gehört mir</b> “ – kooperative Erarbeitung, Präsentation, Erprobung und Bewertung verschiedener Verteidigungsstrategien im Kampf um einen Ball	6	6
9.2	„ <b>Kleine Kämpfe</b> “ – Das Zweikämpfen spielerisch erfahren und fair mit dem Partner umgehen	7	8
9.1	„ <b>Festhalten und Befreien</b> “ – Lösungen für Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln	8	6
9.2	„ <b>Festhalten und Befreien</b> “ – Erarbeitete Lösungen für Zweikampfsituationen im Wettkampf kontrolliert anwenden und nutzen	8	8

## 2.2 Grundsätze der fachdidaktischen und fachmethodischen Arbeit

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

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

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

### Stärkenorientierung

„Alle unsere Schülerinnen und Schüler können etwas, niemand kann alles und keiner kann nichts.“<sup>2</sup>

- In der Unterrichtsgestaltung steht nicht die Aufarbeitung möglicher Defizite im Fokus, sondern es gilt an bereits vorhandene und verfügbare Ressourcen und Stärken anzuknüpfen und diese auszubauen.
- Wir ermöglichen Selbstwirksamkeitserlebnisse und -erfahrungen, die wiederum die Motivation fördern sowie das Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl positiv beeinflussen.
- „Aus Fehlern lernt man“ – Beim Erarbeiten und Üben bieten fehlerhafte Arbeitsergebnisse willkommene Lernanlässe und fördern den Erkenntnisgewinn aller Beteiligten.

### Individualisierung

- Durch geeignete diagnostische Maßnahmen ermitteln wir Lernstände und Lernvoraussetzungen möglichst präzise, z.B. mit kriteriengeleiteten Beobachtungen, motorischen Tests, Fremd- und Selbsteinschätzungsbögen, diagnostischen Gesprächen (auch zur Einschätzung von Lernhintergründen) und ggf. Förderplänen.
- Darauf aufbauend gestalten wir – im Hinblick auf konkretisierte Lernziele, Lernzeiten und Lernwege – passgenau differenzierte Lernangebote, z.B. in Form von Stationenlernen (um unterschiedliche Lernwege und/oder -zeiten zu ermöglichen), Lerntheken, Einsatz von Hilfekarten, differenzierter GA und ziel- und methodendifferenter Partnerarbeit.

---

<sup>2</sup> nach Jan-Hendrik Olbertz, Erziehungswissenschaftler und Präsident der Humboldt-Universität Berlin; Beitrag in der FAZ vom 14.05.2009

## Selbststeuerung

- Unsere Schülerinnen und Schülern werden zunehmend in Entscheidungen und die Gestaltung ihrer Lernprozesse eingebunden. Sie sollen ihre konkreten (Teil-) Lernziele sowie individuell sinnvolle Lernwege und Lernzeiten angemessen mitbestimmen und nutzen.
- Wir vermitteln unseren Schülerinnen und Schülern geeignete Lernstrategien, die sie im Wissen um ihre eigenen Stärken systematisch für ihr Lernen nutzen und weiterentwickeln.
- Wir entwickeln gemeinsam Kriterien und bieten geeignete Diagnoseinstrumente, damit unsere Schülerinnen und Schülern ihren Lernstand und ihren Lernerfolg selbständig erkennen können.

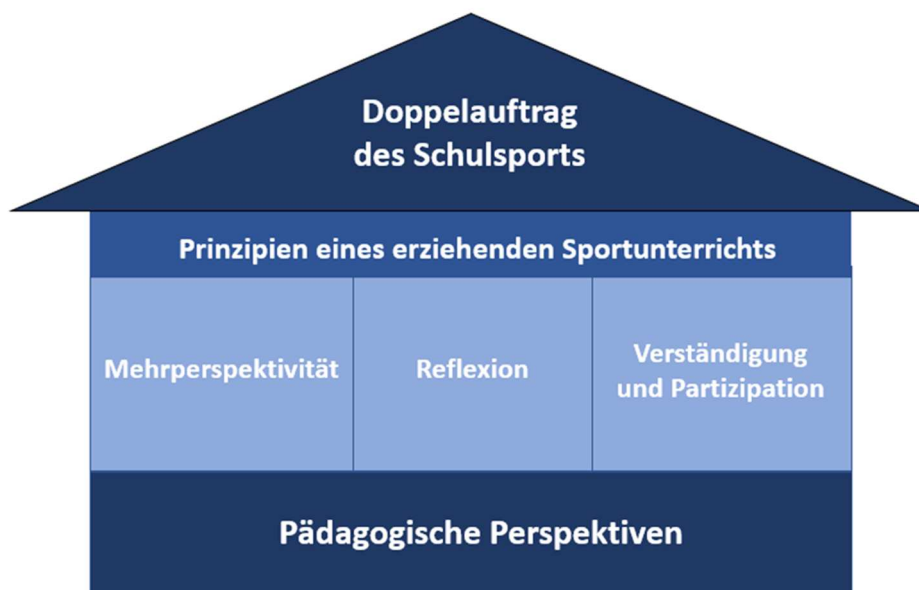
## Problemorientierung

- Unser Sportunterricht ist geprägt von der Auseinandersetzung unserer Schülerinnen und Schülern mit sinnhaften und herausfordernden Problem- oder Fragestellungen, deren Ausgangspunkt sich an der Lebenswelt der Schülerinnen und Schülern orientiert.
- Die damit verbundenen sportlichen Anforderungen sind möglichst passgenau und sachgerecht, d.h. sie sind überschaubar und bewältigbar, stellen aber dennoch eine Herausforderung dar.
- Der Aufforderungscharakter der Aufgabe motiviert die Schülerinnen und Schülern oder macht sie neugierig, weil sie darin Möglichkeiten zur Entwicklung ihrer eigenen Bewegungspraxis erkennen können.

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

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

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



## Mehrperspektivität

Unter den sechs Pädagogischen Perspektiven thematisieren wir in unserem Sportunterricht unterschiedliche Sinngewandlungen sportlicher Aktivitäten.

Wir bieten unseren Schülerinnen und Schülern in unserem Sportunterricht vielfältige Möglichkeiten, ...

- unterschiedliche Sinngewandlungen im sportlichen Handeln über die Pädagogischen Perspektiven zu erleben, damit sie unterschiedliche Zugänge zu sportlichem Handeln reflektieren und auch mögliche Ambivalenzen erkennen und deuten können,
- unterschiedliche oder auch konkurrierende Blickrichtungen auf ein und denselben Sportbereich (z.B. Inhaltsfeld Gesundheit und/oder Leistung im Bereich Ausdauer) zu erleben, damit sie erfahren und reflektieren können, wie das Erleben von Bewegung, Spiel und Sport durch unterschiedliche Sinngewandlungen und Zielsetzungen verändert werden kann,
- die in sportlichen Tätigkeiten liegenden Ambivalenzen (z.B. Körperbilder, Fitnessideale) zu thematisieren, damit mögliche Widersprüchlichkeiten zwischen der Sinn-Suche der Heranwachsenden und der Zielvorstellung der Lehrerinnen und Lehrer, zwischen Gegenwartserfüllung und Zukunftsorientierung reflektiert und bewusst werden können und
- Bewegungsfreude im sportlichen Handeln zu erfahren, damit sportliche Aktivität vielfältig positiv erlebt und sinnerfülltes Sporttreiben als Möglichkeit zur Steigerung der eigenen Lebensqualität und des eigenen Wohlbefindens – auch über die Schulzeit hinaus – nachhaltig angebahnt werden kann.

## **Reflexion**

Unser Sportunterricht strebt einen möglichst hohen Anteil aktiver Bewegungslernzeit an. Dies impliziert zahlreiche und vielfältige Situationen, ...

- ... Bewegungserleben zu reflektieren, damit Bewegungserfahrungen – im Sinne reflektierter Praxis – ausgetauscht, bewusst gemacht und systematisch aufgearbeitet werden können,
- ... sowohl retrospektiv – nachdenkend auf sportliches Handeln zurückzuschauend – als auch prospektiv – vordenkend sportliches Handeln entwerfend – oder auch introspektiv – mitdenkend eine aktuell erlebte Praxis aufmerksam bewusst machend – damit das „Reflektieren“ und das „Praktizieren“ stets eng miteinander verbunden sind,
- ... fachliche Kenntnisse und Zusammenhänge im konkret erlebten Bewegungshandeln zu entdecken, dorthin wieder zurückzuführen und für die eigene Bewegungspraxis zu nutzen, damit die sportliche Handlungsfähigkeit systematisch und gezielt entwickelt werden kann und
- ... im konkret erlebten sportlichen Handeln entstandene Lernanlässe oder Frage- und Problemstellungen zu thematisieren, damit Schülerinnen und Schülern die erfahrene Sportwirklichkeit deuten können und auch erkennen, dass die Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur veränderbar ist, d. h. auch grundsätzlich anders sein und gestaltet werden kann.

## **Partizipation und Verständigung**

Grundlegend für unseren Sportunterricht ist die umfassende und gleichberechtigte Teilhabe aller Schülerinnen und Schülern unserer Schule.

Dabei ist uns sehr wichtig, dass ...

- ... wir ausgehend von den vielfältigen, individuellen Dispositionen und Vorerfahrungen, unterschiedliche und differenzierte Bewegungs- und Lernangebote für alle Schülerinnen und Schülern gestalten, damit sowohl sportlich leistungsstärkere als auch leistungsschwächere, bewegungsfreudige als auch eher bewegungsunwillige Schülerinnen und Schülern gemäß ihrer individuellen Potentiale gefördert werden können,
- ... wir die Vorgaben des Lehrplans und unsere Leistungserwartungen mit den Vorstellungen und Erwartungen unserer Schülerinnen und Schülern im Rahmen unseres Gestaltungsspielraumes transparent zusammenführen, damit Unterricht zielorientiert geplant und gemeinschaftlich inszeniert werden kann und
- ... wir Anforderungen und Aufgabenstellungen mit kooperativen Arbeitsformen verbinden, damit Schülerinnen und Schülern viel Raum zum selbstständigen und selbstgesteuerten Arbeiten finden können.

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



## 2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

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

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

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

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

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

Die Mitglieder der Fachkonferenz Sport verpflichten sich dementsprechend,

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

## ***I. Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen“:***

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

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

### **Bewertung unter Berücksichtigung aller Kompetenzbereiche**

Der Sportunterricht in der Sekundarstufe I ist dem Unterrichtsprinzip der reflektierten Praxis verpflichtet. Deshalb ist der Bereich Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz jeweils Grundlage und Ausgangspunkt für die Entfaltung der Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz. Die Schwerpunkte der einzelnen Unterrichtsvorhaben lassen sich der Übersicht über die UVs (Kapitel 2.1) entnehmen.

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

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

### **Bewertung vor dem Hintergrund sportbezogener Verhaltensdimensionen**

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

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

## **II. Formen der Leistungsüberprüfung**

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

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

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

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

als auch auf **weitere Beiträge im Unterricht** und hier besonders auf

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

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

- Visualisierungen sportfachlicher Überlegungen und Erkenntnisse (z.B. Tafelbilder),
- Referaten und
- Hausaufgaben, schriftlichen Übungen und Protokolle.

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

Auf den Rückseiten der UVs ist die Leistungsbewertung fürs jeweilige UV konkretisiert und teilweise mit Leistungstabellen (Schwimmen und Leichtathletik) ausdifferenziert/versehen. Die Fachschaft Sport unserer Schule nimmt sich vor, die Konkretisierung der einzelnen UV im Verlaufe der nächsten Schuljahre immer weiter fortzuführen

bzw. nach der Evaluation von den Kollegen jeweils jahrgangsstufenbezogen zu optimieren. Hierzu wird ebenfalls ein fester Tagesordnungspunkt für die Fachkonferenz Sport vorgenommen.

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

Der Erwerb von **Qualifikationsnachweisen zum Schwimmen** wird nach dem Schwimmunterricht in den Jahrgangsstufen 5 und 7 auf dem Zeugnis vermerkt und im Schülerstammblatt dokumentiert.

## 2.4 Lehr- und Lernmittel

Für das Fach Sport sind keine verbindlichen Lehr- und Lernmittel vorgesehen. Bei der Durchführung der einzelnen Unterrichtsvorhaben werden die eingesetzten Arbeitsmaterialien (z.B. digitale und analoge Medien, Arbeitsblätter, Diagnose- und Beobachtungsbögen, Leistungstabellen) jeweils in einem eigenen Ordner der Fachkonferenz Sport hinterlegt

Unterstützende Materialien (Fachliteratur, Schulbücher und Praxishilfen) für Lehrkräfte sind in der Lehrerbibliothek hinterlegt

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

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

- **Digitale Werkzeuge / digitales Arbeiten**

Umgang mit Quellenanalysen: <https://medienkompetenzrahmen.nrw/unterrichtsmaterialien/detail/informationen-aus-dem-netz-einstieg-in-die-quellenanalyse/>(Datum des letzten Zugriffs: 31.01.2020)



Erstellung von Erklärvideos: <https://medienkompetenzrahmen.nrw/unterrichtsmaterialien/detail/erklavideos-im-unterricht/>(Datum des letzten Zugriffs: 31.01.2020)



Erstellung von Tonaufnahmen: <https://medienkompetenzrahmen.nrw/unterrichtsmaterialien/detail/das-mini-tonstudio-aufnehmen-schneiden-und-mischen-mit-audacity/>(Datum des letzten Zugriffs: 31.01.2020)



Kooperatives Schreiben: <https://zumpad.zum.de/>(Datum des letzten Zugriffs: 31.01.2020)





- **Rechtliche Grundlagen**

Urheberrecht – Rechtliche Grundlagen und Open Content: <https://medienkompetenzrahmen.nrw/unterrichtsmaterialien/detail/urheberrecht-rechtliche-grundlagen-und-open-content/> (Datum des letzten Zugriffs: 31.01.2020)



Creative Commons Lizenzen: <https://medienkompetenzrahmen.nrw/unterrichtsmaterialien/detail/creative-commons-lizenzen-was-ist-cc/> (Datum des letzten Zugriffs: 31.01.2020)



Allgemeine Informationen Daten- und Informationssicherheit: <https://www.medienberatung.schulministerium.nrw.de/Medienberatung/Datenschutz-und-Datensicherheit/> (Datum des letzten Zugriffs: 31.01.2020)



### **3 Entscheidungen zu fach- oder unterrichtsübergreifenden Fragen**

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

Um die Dimension der Verbindung verschiedener Fachbereiche bewusst zu machen, führt die Fachkonferenz u.a. eine enge Zusammenarbeit mit den Fächern Biologie und Ernährung im Wahlpflichtfach „Sport und Gesundheit“ durch.

Die Skifahrt bietet zahlreiche fächerübergreifende Lernanlässe, die sowohl vor- als auch nachbereitend u.a. ökologische und ökonomische Aspekte beinhalten.



## 4 Qualitätssicherung und Evaluation

Das schulinterne Curriculum stellt keine starre Größe dar, sondern ist als „dynamisches Dokument“ zu betrachten. Dementsprechend sind die Inhalte stetig zu überprüfen, um ggf. Modifikationen vornehmen zu können. Die Fachkonferenz trägt durch diesen Prozess zur Qualitätsentwicklung und damit zur Qualitätssicherung des Faches bei.

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

Maßnahmen der fachlichen Qualitätssicherung:

- Das Fachkollegium überprüft kontinuierlich, inwieweit die im schulinternen Lehrplan vereinbarten Maßnahmen zum Erreichen der im Kernlehrplan vorgegebenen Ziele geeignet sind. Dazu dienen beispielsweise auch der regelmäßige Austausch sowie die gemeinsame Konzeption von Unterrichtsmaterialien, welche hierdurch mehrfach erprobt und bezüglich ihrer Wirksamkeit beurteilt werden.
- Kolleginnen und Kollegen der Fachschaft (ggf. auch die gesamte Fachschaft) nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil, um fachliches Wissen zu aktualisieren und pädagogische sowie didaktische Handlungsalternativen zu entwickeln. Zudem werden die Erkenntnisse und Materialien aus fachdidaktischen Fortbildungen und Implementationen zeitnah in der Fachgruppe vorgestellt und für alle verfügbar gemacht.
- Feedback von Schülerinnen und Schülern wird als wichtige Informationsquelle zur Qualitätsentwicklung des Unterrichts angesehen. Sie sollen deshalb Gelegenheit bekommen, die Qualität des Unterrichts zu evaluieren. Dafür kann das Online-Angebot SEFU (Schülerinnen und Schüler als Expertinnen und Experten für Unterricht) genutzt werden ([www.sefu-online.de](http://www.sefu-online.de), Datum des Zugriffs: 15.01.2020).

Überarbeitungs- und Planungsprozess:

- Die Fachkonferenz evaluiert ihre Aufgaben und Ziele sowie die Leitidee des Schulsports und deren Verwirklichung im Abstand von fünf Jahren und überprüft deren Übereinstimmung mit der Schulprogrammarbeit. Dazu überprüft sie, inwiefern die Aufgaben der Schule im Zusammenhang mit dem Sport stehen. Sie schreibt dazu jeweils zu Beginn des Schuljahres ihren Arbeitsplan fort.
- Die Fachkonferenz evaluiert die schulinternen Lehrpläne hinsichtlich ihrer Machbarkeit und nimmt ggf. Modifizierungen, Erweiterungen oder Korrekturen vor. Die Umsetzung der einzelnen konkretisierten Unterrichtsvorhaben wird dazu jeweils zum Ende des Schuljahres von den jeweiligen Fachlehrkräften auf der Grundlage der Jahresplanung (Partitur) hinsichtlich der Qualität und Durchführbarkeit jahrgangstufenbezogen ausgewertet. In diesem Kontext werden auch die Notentabellen und Formen der Leistungsbewertung kritisch in den Blick genommen.

- Darüber hinaus wird die Schwimmfähigkeit am Ende der Jahrgangsstufen 5 und 7 vor dem Hintergrund unseres Schwimmkonzepts erfasst und dokumentiert.
- Die Fachkonferenz trifft Vereinbarungen über Transparenz und Offenlegung über alle den Schulsport betreffenden Aspekte (Implementationsmaterialien, Rechtliche Aspekte etc.) und vereinbart eine jährliche Aktualisierung.
- Die Ergebnisse dienen der/dem Fachvorsitzenden zur Rückmeldung an die Schulleitung und u.a. an den/die Fortbildungsbeauftragte, außerdem sollen wesentliche Tagesordnungspunkte und Beschlussvorlagen der Fachkonferenz daraus abgeleitet werden.
- Arbeitshilfen für die Fachkonferenzarbeit
- Die Arbeitshilfen im Anhang dienen u.a. dazu, mögliche Probleme und einen entsprechenden Handlungsbedarf in der fachlichen Arbeit festzustellen und zu dokumentieren, Beschlüsse der Fachkonferenz zur Fachgruppenarbeit in übersichtlicher Form festzuhalten sowie die Durchführung der Beschlüsse zu kontrollieren und zu reflektieren.

## 2.1.1 Einführungsphase

„Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Einführungsphase in mindestens **drei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller Inhaltsfelder** mit den aufgeführten obligatorischen inhaltlichen Schwerpunkten entwickelt werden.“ (KLP S. 20)

Halbjahre	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<u>1. Halbjahr</u>	UV 1	„ <b>Wir werden Fit</b> “ Grundlegende Aspekte der Vor- und Nachbereitung sportlicher Belastung sowie Anforderungen eines Fitnessprogramms mit beweglichkeits- und kraftverbessernder Zielrichtung ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 2	„ <b>Höher, Schneller, Weiter - Wie werde ich besser?</b> “ Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren, dokumentieren und die Leistungsfähigkeit verbessern ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 3	„ <b>Spezielle Spielfähigkeiten verbessern</b> “ Gruppentaktisches Verhalten im Basketball, Handball und Fußball erfahren, analysieren und anwenden ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 4	„ <b>Ausdauer ist mehr als Laufen</b> “ Allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining in unterschiedlichen Bewegungsfeldern unterrichtsbegleitend
	Freiraum	ca. 6-15 Unterrichtsstunden
<u>2. Halbjahr</u>	UV 5	„ <b>Fit in der Gruppe - so macht Tanzen Spaß</b> “ Entwicklung, Durchführung und Präsentation eines Tanz-Fitness-Programms (z.B. Zumba, Aerobic, Rope Skipping, Tae Bo, oder Chinese Jump Rope) mit ausdauerverbessernder Zielrichtung ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 6	„ <b>Spiele über ein Netz</b> “ Volleyball und Badminton im Vergleich unter Berücksichtigung technischer und taktischer Aspekte im Mit- und Gegeneinander sowie Einzel und Doppel ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 7	„ <b>Wir überwinden Hindernisse</b> “ Le Parkour in der Sporthalle unter dem Aspekt der Ambivalenz von Wagnis und Verantwortung ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 8	„ <b>Mehr als Kacheln zählen</b> “ Effiziente Schwimmtechniken als Voraussetzung für ausdauerndes Schwimmen ca. 6 Unterrichtsstunden
	Freiraum	ca. 6-15 Unterrichtsstunden

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 Dehnmethode	<b>F</b>	<i>D</i>	<b>EF</b>	ca. 15 - 18

*Thema des UV: „Wir werden Fit“* - Grundlegende Aspekte der Vor- und Nachbereitung sportlicher Belastung sowie Anforderungen eines Fitnessprogramms unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen und gesundheitlicher Faktoren

### **Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

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

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.

### **Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Wählen Sie ein Element aus  
 Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d) Wählen Sie ein Element aus

### **Sachkompetenz**

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

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Auswirkungen gezielter 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.

Wählen Sie ein Element aus

### **Urteilskompetenz**

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

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

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Warm Up &amp; Cool Down <ul style="list-style-type: none"> <li>• Theoretische Grundlagen des Erwärmens und Abwärmens</li> <li>• fakultativ: unterstützt durch Kurzreferate der SuS</li> </ul> </li> <li>• Fitness-Programm <ul style="list-style-type: none"> <li>• Theoretische Grundlagen des Beweglichkeitstraining</li> <li>• Theoretische Grundlagen des Krafttrainings</li> <li>• Erarbeitung eines Fitnessprogramms <ul style="list-style-type: none"> <li>• Steigerung der Kraft</li> <li>• Steigerung der Beweglichkeit</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungskatalog für Erwärmungs-Programme in unterschiedlichen Bewegungsfeldern</li> <li>• Erarbeitung eines spezifischen Fitness-Programms in Gruppen mit anschließender Demonstration und gemeinsamer Reflexion</li> <li>• Durchführung des Fitness-Programms als Übungszirkel</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Physiologische Effekte von Warm Up &amp; Cool Down</li> <li>• Physiologische Anpassungserscheinungen von Beweglichkeitstraining</li> <li>• Physiologische Anpassungserscheinungen von Krafttraining</li> <li>• Übungen zum Beweglichkeitstraining</li> <li>• Übungen zum Krafttraining</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration</li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungen demonstrieren, beschreiben und begründen</li> <li>• Mitarbeit in den Phasen der reflektierten Praxis</li> <li>• Gruppenarbeit</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration und Begründung eines Fitness-Programms auf der im Kurs zuvor festgelegten Kriterien</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beachtung der Kriterien der physiologischen und psychologischen Wirkung eines Fitness-Programms</li> <li>• Beachtung des dynamischen und statischen Dehnens</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• physiologische und psychologische Wirkung des Aufwärmens</li> <li>• dynamisches und statisches Dehnen</li> <li>• isometrisches und konzentrisches Krafttraining</li> </ul>			

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	<b>A</b>	<i>F</i>	<b>EF</b>	ca. 15 - 18

*Thema des UV: „Höher, Schneller, Weiter - Wie werde ich besser?“* - Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren, dokumentieren und die Leistungsfähigkeit verbessern

### **Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf).

### **Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)  
Wählen Sie ein Element aus

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Wählen Sie ein Element aus

### **Sachkompetenz**

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

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

### **Methodenkompetenz**

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

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

### **Urteilskompetenz**

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

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

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vertiefung der Fähigkeiten in Sprint, Sprung und Wurfdisziplinen</li> <li>• Festlegung eigener Wettkampfregeln</li> <li>• Anwenden normierter Wettkampfregeln</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stationsbetrieb</li> <li>• Festigung der eigenen Technik durch Partnerhilfe und Beobachtungsbögen</li> <li>• Schautafeln</li> <li>• Sicherheitsgerechte Nutzung der Wettkampfanlagen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiefstarts</li> <li>• Sprungtechniken</li> <li>• Wurf- und Stoßtechniken (Drehstoß, O´Brian)</li> <li>• Stemmschritt</li> <li>• Schleppen</li> <li>• Sprünge zur Leistungssteigerung in allen Disziplinen</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration</li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trainingstagebuch</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bundesjugendspiele Punktetabelle</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beachtung der Kriterien der physiologischen und psychologischen Wirkung eines Aufwärmprogramms</li> <li>• Beachtung des dynamischen und statischen Dehnens</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zubringerleistungen</li> <li>• Leistungssteigerung durch Training</li> <li>• Tiefstart</li> <li>• Erster Schritt</li> <li>• Stemmschritt</li> </ul>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	<b>E</b>		<b>EF</b>	ca. 15 - 18

*Thema des UV:* „**Spezielle Spielfähigkeiten verbessern**“ – gruppentaktisches Verhalten im Basketball, Handball und Fußball erfahren, analysieren 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.

Wählen Sie ein Element aus

### **Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

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

Wählen Sie ein Element aus

Wählen Sie ein Element aus

Wählen Sie ein Element aus

### **Sachkompetenz**

(c): Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.

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

### **Methodenkompetenz**

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.

(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 gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.

Wählen Sie ein Element aus



<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fairness im Zweikampf</li> <li>• Spielregeln und -positionen</li> <li>• Laufwege</li> <li>• Basketball im 3:3</li> <li>• Handball im 4:4</li> <li>• Fußball im 5:5</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stationstraining</li> <li>• Methodische Übungsreihen</li> <li>• Gruppenübungen</li> <li>• Kleine Spiele zur Anwendung der Fertigkeiten (Funino)</li> <li>• Selbst- und Fremdbeobachtungen</li> <li>• Turnierformen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeln und Spielerpositionen</li> <li>• Playbook</li> <li>• Fairness</li> <li>• Verletzungsrisiken bei regelwidrigen Handlungen</li> <li>• Vor- und Nachteile der verschiedenen Spielsysteme</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration</li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Führung eines Playbook für jede Sportart</li> <li>• Begleitende Unterrichtsgespräche</li> <li>• Aktive Teilnahme</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielformen</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passspiel</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handball: 4+2, 6+1</li> <li>• Basketball: Give 'n Go, Offense, Defense</li> <li>• Fußball: Flügelspiel, Spielsysteme, Falsche 9, Hängende Spitze</li> <li>• Allgemein: Manndeckung, Raumdeckung, Laufwege, Spielzüge</li> </ul>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)</li> <li>• Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (BF/SB 3)</li> <li>• Bewegen im Wasser - Schwimmen (BF/SB 4)</li> <li>• Spielen in und mit Regelstrukturen (BF/SB 7)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik</li> <li>• BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß</li> <li>• BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken</li> <li>• BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)</li> <li>• BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)</li> </ul>	<b>D</b>	<b>F</b>	<b>EF</b>	unterrichtsbegleitend

*Thema des UV:* „**Ausdauer ist mehr als Laufen**“ - Allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining in unterschiedlichen Bewegungsfeldern

### 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 3: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können eine schwimmerische Disziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen.

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

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)  
Wählen Sie ein Element aus

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)  
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).

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

#### Urteilskompetenz

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

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

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erstellung eines unterrichtsbegleitenden <b>Portfolios</b> zu allgemeinen Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining in unterschiedlichen Bewegungsfeldern</li> <li>• <b>Kurzreferate</b> im Schuljahresverlauf <ul style="list-style-type: none"> <li>• BF/SB 1 - Fitness <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kraftausdauertraining</li> </ul> </li> <li>• BF/SB 3 - Leichtathletik <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lauftechnik</li> <li>• gesundheitsorientierte Belastungsintensität</li> <li>• Lauftempo</li> <li>• Ausdauermethoden am Beispiel Laufen (Dauer- und Intervallmethode)</li> </ul> </li> <li>• BF/SB 4 - Schwimmen <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmtechnik für ausdauerndes Schwimmen</li> <li>• Schwimmen, Radfahren und Laufen als Ausdauersportarten im Vergleich</li> </ul> </li> <li>• BF/SB 7 - Sportspiele</li> </ul> </li> <li>• Unterschiede in sportspielspezifischer Ausdauer (Handball, Fußball, Basketball, Volleyball, Badminton)</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterrichtsbegleitendes Portfolio <ul style="list-style-type: none"> <li>• von SuS geführt</li> <li>• Ergänzung durch die Erkenntnis neuer Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining in unterschiedlichen Bewegungsfeldern</li> </ul> </li> <li>• kurze theoretische (durch Kurzreferate der SuS) und praktische (durch Kehrkraft) Einschübe zum Ausdauertraining während der aufgeführten Unterrichtsvorhaben</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeln und Spielerpositionen</li> <li>• Playbook</li> <li>• Fairness</li> <li>• Verletzungsrisiken bei regelwidrigen Handlungen</li> <li>• Vor- und Nachteile der verschiedenen Spielsysteme</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Darstellungsaufgabe <ul style="list-style-type: none"> <li>• Portfolio</li> <li>• Kurzreferat</li> </ul> </li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Qualität der Bewegungsausführung</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Portfolio</li> <li>• Kurzreferat</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Portfolio <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualität der reflexiven Ebenen <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Beschreiben und Dokumentieren</li> <li>2. Interpretieren und Analysieren</li> <li>3. Beurteilen und Bewerten</li> <li>4. Planen</li> </ol> </li> <li>• Formalia</li> </ul> </li> <li>• Kurzreferat <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inhaltliche Qualität</li> <li>• Strukturierung</li> <li>• Auftreten</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauerformen: Kurzeitenausdauer, Mittelzeitausdauer, Langzeitausdauer, Grundlagenausdauer, spez. Ausdauer</li> <li>• Ausdauermethoden: Dauer- und Intervallmethode</li> <li>• Ausdauerprinzipien: Entwicklungs- und Gesundheitsförderung, progressive Belastung, Periodisierung des Trainings</li> </ul>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 6: Tanz BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik	<b>B</b>	<i>F</i>	<b>EF</b>	ca. 15 - 18

*Thema des UV:* „**Fit in der Gruppe - so macht Tanzen Spaß**“ – Entwicklung, Durchführung und Präsentation eines Tanz-Fitness-Programms (z.B. Zumba, Aerobic, Rope Skipping, Tae Bo, oder Chinese Jump Rope) mit ausdauerverbessernder Zielrichtung

### Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 6: Die Schülerinnen und Schüler können eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.

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.

### Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)  
Wählen Sie ein Element aus

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)  
Wählen Sie ein Element aus

### Sachkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern.

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

### Methodenkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.

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

### Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.

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

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gemeinsame Festlegung eines Tanz-Fitness-Programms und Musikstücks</li> <li>• Eine Basischoreographie als Aufwärmprogramm erstellen (von der Lehrperson oder den SuS)</li> <li>• Bewegungen aus dem gewählten Tanz-Fitness-Programms erlernen und teilweise variieren</li> <li>• Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständiges Üben und Trainieren der Bewegungen (allein und in den Gruppen) mithilfe von Bewegungskarten und Videos.</li> <li>• Erproben und gegenseitiges Demonstrieren ausgewählter Bewegungen</li> <li>• Feedback geben, erhalten und Hilfen/ Tipps umsetzen</li> <li>• Gemeinsame Erarbeitung der Gestaltungs- und Ausführungskriterien für eine Präsentation des Tanz-Fitness-Programms</li> <li>• Entwicklung und Präsentation des Tanz-Fitness-Programms in Kleingruppen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Feedback durch die SuS an die Gruppen anhand verschiedener Beobachtungsschwerpunkten: formale Vorgaben; Ausführungskriterien; Gestaltungskriterien</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation</li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungen demonstrieren, beschreiben und weiterentwickeln</li> <li>• sich auf Unbekanntes einlassen</li> <li>• Engagement und Motivation beim Erlernen und Üben der verschiedenen Bewegungen</li> <li>• Arbeit in den Gruppen</li> <li>• Ausführungsqualität</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation eines Tanz-Fitness-Programms (Choreographie) auf der Grundlage der zuvor im Kurs festgelegten Bewegungskriterien</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung (Einstieg, Hauptteil, Schluss)</li> <li>• Bewegungsqualität</li> <li>• Ausführungskriterien</li> <li>• Aufstellungsformen</li> <li>• Kreativität</li> <li>• Variabilität der Gegenstände</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fitness</li> <li>• spezifischen Begriffe des jeweils gewählten Tanz-Fitness-Programms</li> <li>• Ausdauer</li> <li>• Gestaltungskriterien</li> </ul>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	E	A	EF	ca. 15 - 18

*Thema des UV:* „**Spiele über ein Netz**“ – Volleyball und Badminton im Vergleich unter Berücksichtigung technischer und taktischer Aspekte im Mit- und Gegeneinander sowie Einzel und Doppel

### 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 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

### Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)  
Wählen Sie ein Element aus

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)  
Wählen Sie ein Element aus

### Sachkompetenz

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

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

### Methodenkompetenz

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

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

### 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.

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

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Den Ball in der Luft halten: Vergleich einhändig (Arm oder Hand) mit einem Volleyball vs. Badmintonball mit einem Badmintonschläger <ul style="list-style-type: none"> <li>• linke Hand, rechte Hand</li> <li>• Ausgangsstellung aus dem Stand, Sitzen, Liegen</li> <li>• Drehung</li> </ul> </li> <li>• Von 1 mit 1 zum 1 gegen 1:</li> <li>• VB: Fangen in Pritschhaltung (Je schneller ich wieder abwerfe, desto näher komme ich zur Zieltechnik Pritschen; kein Baggern!)</li> <li>• BAD: Alle Schläge erlaubt</li> <li>• Vergleich: Welche Gemeinsamkeiten/Unterschiede gibt es beim 1 gegen 1?</li> <li>• Vom Fangen in Pritschhaltung zum zielgerichteten Pritschen</li> <li>• Von 2 mit 2 zum 2 gegen 2:</li> <li>• Es sollten wie beim Volleyball mit 3 Ballkontakte im Team gespielt werden.</li> <li>• VB: Pritschen; einmal Fangen im Team erlaubt; kein Baggern; kein Aufschlag</li> <li>• BAD: Alle Schläge erlaubt (3 Ballkontakte im Team!)</li> <li>• Vergleich: Welche Gemeinsamkeiten/Unterschiede gibt es beim 2 gegen 2?</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vom Miteinander zum (herausfordernden) Gegeneinander.</li> <li>• Partnerwechsel</li> <li>• Methodische Übungsreihe: Vom Werfen und Fangen zum Pritschen</li> <li>• Um den Spielfluss beim Volleyball im Spiel 2 gegen 2 zu unterstützen sollte auf das Baggern verzichtet werden und das Fangen in Pritschhaltung erlaubt sein.</li> <li>• Taktischer Vergleich: VB 1 gegen 1 vs. BAD 1 gegen 1 und VB 2 gegen 2 vs. BAD 2 gegen 2</li> <li>• Wettkampfregeln im Vergleich</li> <li>• Spielbeobachtungsbögen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerkorrektur</li> <li>• Bildreihe</li> <li>• Spielbeobachtungsbögen</li> <li>• Wettkampfregeln</li> <li>• Schiedsrichtertätigkeiten</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration</li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktive Teilnahme</li> <li>• Unterrichtsgespräche</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniküberprüfung Pritschen</li> <li>• Schriftlicher Test: Taktisches Verhalten VB vs. BB; Wettkampfregeln</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pritschen (siehe Beobachtungsbögen)</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielpositionen</li> <li>• Abwehrverhalten/-positionen</li> <li>• Angriffstaktiken (z.B. in die Lücken spielen; schnell spielen; flach übers Netz spielen; usw.)</li> <li>• Kommunikation im Spiel</li> </ul>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)	BF/SB 5: Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Geräte-kombinationen	<b>C</b>	<b>A</b>	<b>EF</b>	ca. 15 - 18

*Thema des UV:* „**Wir überwinden Hindernisse**“ – Le Parkour in der Sporthalle unter dem Aspekt der Ambivalenz von Wagnis und Verantwortung

### **Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

BF/SB 5: Die Schülerinnen und Schüler können turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.

BF/SB 5: Die Schülerinnen und Schüler können Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.

### **Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)  
Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)  
Wählen Sie ein Element aus

### **Sachkompetenz**

(c): Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.

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

### **Methodenkompetenz**

(c): Die Schülerinnen und Schüler können in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.

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

### **Urteilskompetenz**

(c): Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.

Wählen Sie ein Element aus



<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Angst, Frustration, Freude) im sportlichen Kontext beschreiben</li> <li>• Spannungsfeld von Wagnis und Verantwortung thematisieren</li> <li>• grundlegende Körperspannung und Stützkraft ausbilden</li> <li>• Hindernisse in Hinblick auf Kreativität, Eleganz und Sicherheit überwinden</li> <li>• Turnstationen sicher auf- und abbauen</li> <li>• Sicherheitsaspekte im Rahmen der eigenen Leistungsfähigkeit reflektieren</li> <li>• grundlegende Sicherungs- und Hilfestellungen kennenlernen und anwenden</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungszirkel ausgewählter Stationen unter jeweils einem Hauptthema <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Walls“ - Wände horizontal und vertikal überwinden</li> <li>• „Vaults“ - Gegenstände überspringen</li> <li>• „Precisions“ - präziser Sprung auf/an ein Objekt</li> <li>• „Balances“ - Hindernisse balancierend überwinden</li> </ul> </li> <li>• Erprobung normierter Parkourtechniken UND Entwicklung eigener Überwindungsmöglichkeiten</li> <li>• Entwicklung geeigneter Sicherungs- und Hilfestellungen</li> <li>• Geräteaufbauten mithilfe von Stationskarten</li> <li>• Entwicklung eines „Runs“ - Auswahl unterschiedlicher Stationen der vier Hauptthemen zur Kombination einer Parkourbahn</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• psychische Einflussfaktoren</li> <li>• Spannungsfeld von Wagnis und Verantwortung</li> <li>• normierte Parkourtechniken</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration</li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Sicherheitsbewusstsein</li> <li>• Qualität und Kreativität der Bewegungsausführung</li> <li>• Qualität der Sicherungs- und Hilfestellungen</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration eines Parkour-Runs - Durchlauf einer Gerätekombination verschiedener Anforderungen (mind. 6 Stationen)</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kreativität</li> <li>• Sicherheit</li> <li>• Eleganz/Qualität</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Walls“ - High Jump, Drop Down, Palm Spin, Wall Spin, Wall Run</li> <li>• „Vaults“ - Safety Vault, Lazy Vault, Speed Vault, Thief Vault, Dash Vault</li> <li>• „Precisions“ - Bar Jump, Big Bar Jump, Bench Jump</li> <li>• „Balances“ - Animal Walk, Cat Walk, Bar Walk, Wall Walk</li> </ul>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	<b>A</b>	<i>D</i>	<b>EF</b>	ca. 6

*Thema des UV:* „**Mehr als Kacheln zählen**“ – Effiziente Schwimmtechniken als Voraussetzung für ausdauerndes Schwimmen

### **Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können eine schwimmerische Disziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen.

Wählen Sie ein Element aus

#### **Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

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

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Wählen Sie ein Element aus

#### **Sachkompetenz**

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

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

#### **Methodenkompetenz**

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

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

#### **Urteilskompetenz**

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

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

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Die Durchführung des Unterrichtsvorhabens als kurzes Schwimmprojekts reduziert die inhaltlichen Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Effizienzierung einer Schwimmtechnik in Bauchlage (wahlweise Brust oder Kraul) und einer Schwimmtechnik in Rückenlage (Rückenkraul) in Bezug auf ausdauerndes Schwimmen inkl. Start und Wende <ul style="list-style-type: none"> <li>• 30 Minuten ausdauerndes Schwimmen (mind. 800 m, davon 650 in Bauch- und 150 m in Rückenlage)</li> </ul> </li> <li>• Wiederholung einzelner Aspekte des Rettungsschwimmens <ul style="list-style-type: none"> <li>• 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen</li> <li>• 10 m Streckentauchen</li> <li>• 3 x 2 m Tieftauchen innerhalb von 3 Minuten</li> <li>• 2 verschiedene Sprünge aus 1 m Höhe</li> </ul> </li> </ul> <p>Fakultativ: Übrigen Anforderungen für das Schwimmabzeichen Gold</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Startsprung und 25 m Kraulschwimmen</li> <li>• 50 m Rückenschwimmen ohne Armtätigkeit</li> <li>• Startsprung und 50 m Brustschwimmen in höchstens 75 Sekunden</li> <li>• Kenntnisse von Baderegeln sowie Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Aufgrund der Durchführung des Unterrichtsvorhabens als kurzes Schwimmprojekts stehen deduktive Unterrichtsverfahren im Vordergrund</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technikbeschreibungen</li> <li>• Technikweisungen</li> <li>• Demonstrationen</li> <li>• Bildreihen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gleitphase ermöglicht ausdauerndes Schwimmen</li> <li>• Rettungsaktionen <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erkennen einer hilflosen Person</li> <li>• Absetzen eines Notrufs</li> <li>• Sprung ins Wasser</li> <li>• Anschwimmen</li> <li>• Flächensuche nach einer untergegangenen Person (Streckentauchen)</li> </ul> </li> <li>• Tauchen zu einer untergegangenen Person (Tieftauchen)</li> <li>• Transport einer erschöpften Person (Schieben oder Ziehen)</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration</li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Sicherheitsbewusstsein</li> <li>• Qualität der Bewegungsausführung in Bezug auf ein effizientes und ausdauerndes Schwimmen</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• erfolgreiches Absolvieren der praktischen Anforderungen</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beobachtungsbögen</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Schwimmtechniken: Wasserfassen, Zugphase, Druckphase, Gleitphase</li> <li>• Start und Wende: Startsprung, Kippwende</li> <li>• Rettungsschwimmen: Paketsprung, Kopfsprung, Anschwimmen, Flächensuche, Tieftauchen, Druckausgleich, Schieben, Ziehen</li> </ul>			

**Schulinterner Lehrplan zum Kernlehrplan für die  
gymnasiale Oberstufe  
am Gymnasium Porta Westfalica**

**Sport**

**(Stand: 11.05.2021)**

# Inhalt

<b>1 Die Fachgruppe Sport am Gymnasium Porta Westfalica</b>	<b>3</b>
1.1 Leitbild für das Fach Sport	3
1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung	4
1.3 Sportstättenangebot	4
<b>2 Entscheidungen zum Unterricht</b>	<b>5</b>
2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben	6
2.1.1 Einführungsphase	7
2.1.2 Qualifikationsphase im Grundkurs	24
2.2 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit	119
2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung	120

# **1 Die Fachgruppe Sport am Gymnasium Porta Westfalica**

## **1.1 Leitbild für das Fach Sport**

Der Stellenwert des Faches Sport im Schulleben und im Schulprogramm des Gymnasiums Porta Westfalica drückt sich im Leitbild und im Schulsportprogramm aus und ist Bestandteil des schulinternen Lehrplans. Unsere Schule folgt dazu einem ganzheitlichen, salutogenetischen Leitbild, das die Freude an Bewegung, Spiel und Sport der Schülerinnen und Schüler in einer bewegungsfreudigen Schule fördern will.

Die Fachkonferenz Sport möchte bei Schülerinnen und Schülern Bewegungsfreude und Gesundheitsbewusstsein im Schulsport im Rahmen des Bildungs- und Erziehungsauftrages der Schule entwickeln. Durch ihr Schulsportkonzept möchte sie den Schülerinnen und Schülern die Ausbildung zu einer mündigen, bewegungsfreudigen und gesundheitsbewussten Persönlichkeit ermöglichen, um durch Bewegung, Spiel und Sport überdauernd und langfristig die Freude an der Bewegung und am Sport zu erhalten sowie Gesundheitsbewusstsein und Fitness für die Bewältigung des Alltags und zum Ausgleich von Belastung in die Lebensführung integrieren zu können. Darüber hinaus fördert sie das individuelle Interesse von Schülerinnen und Schülern am Leistungssport.

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

Im Rahmen der Talentsichtung und Talentförderung sieht es die Fachschaft als eine ihrer Aufgaben an, sportlich besonders begabte Schülerinnen und Schüler bei ihren leistungssportlichen Interessen zu fördern und sie in ihren vielfältigen Anforderungen einer dualen Karriere von Schule und Leistungssport individuell zu unterstützen.

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

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

Zur Entwicklung und Förderung dieser Persönlichkeitsattribute leistet die Fachschaft Sport durch die Gestaltung des Schulsportprogramms einen bedeutsamen Beitrag, der

dem Bildungs- und Erziehungsauftrag einer bewegungsfreudigen und gesunden Schule gerecht wird.

Um Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen, sich über die Schulzeit hinaus für den Sport zu engagieren, bietet sie Schülerinnen und Schülern neben dem Pflichtunterricht die Möglichkeit, im WP-Bereich sowie im Kurssystem der gymnasialen Oberstufe vertieft Einblick in wissenschaftspropädeutisches Arbeiten zu erhalten. Vor diesem Hintergrund wird die fachliche Handlungskompetenz der Schülerinnen und Schüler bis zum Abitur vertieft. Ziel ist es Bewegung, Spiel und Sport differenziert, begründet und reflektiert in die eigene Lebensgestaltung zu integrieren.

## **1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung**

Die Fachkonferenz ist der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Faches Sport verpflichtet. Folgende Vereinbarungen werden als Grundlage einer teamorientierten Zusammenarbeit vereinbart:

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Sportunterrichts. Sie verpflichtet sich zur regelmäßigen Teilnahme an Implementationsveranstaltungen, Qualitätszirkeln für die Unterrichtsentwicklung im Fach Sport sowie an Fortbildungen im Rahmen der Unterrichtsentwicklung und Förderung des Schulsports.

Koordinatoren für die Unterrichtsentwicklung, das Fortbildungskonzept der Fachschaft Sport sowie für die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne sind Herr Kuna/ Herr Hellwig. Die Koordinatoren verpflichten sich dazu, Inhalte und Maßnahmen zur Unterrichtsentwicklung zeitnah in der Fachkonferenz umzusetzen.

Die Fachkonferenz verpflichtet sich ein Leitbild mit dem Ziel der Förderung des Sports in der Schule zu entwickeln.

Die Fachkonferenz legt der Schulleitung spätestens zum Ende des Schuljahres einen Jahresarbeitsplan über zu entwickelnde Projekte zur Evaluation sowie über die vereinbarten Veranstaltungen/ Schulsporttermine vor. Diese werden in den Jahreskalender der Schule aufgenommen und der Schulöffentlichkeit zu Beginn des Schuljahres vorgestellt.

## **1.3 Sportstättenangebot**

### **Sportstätten der Schule:**

- Schuleigene Dreifachsporthalle
- Einfachsporthalle
- Schuleigener Theorieraum mit Präsentationsmöglichkeiten
- Sportplatz mit 6 Laufbahnen und 4 Rundbahnen, 3 Sprunggruben (8 Absprungbretter) sowie 2 Kugelstoßanlagen
- Kunstrasenplatz (78 x 48 m)

### **Sportstätten im Umfeld der Schule:**

- Nutzung des städtischen Hallenbades (Unterrichtsstunden variieren jedes Schuljahr)

- Waldgelände im unmittelbaren Umfeld der Schule
- Kooperation mit einem örtlichen Tennisverein – Nutzungsmöglichkeiten von 3 Tennisplätzen nach Vereinbarung
- Kooperation mit einem örtlichen Ruderverein – Nutzungsmöglichkeiten von unterschiedlichen Bootsklassen (Oberstufe)

## 2 Entscheidungen zum Unterricht

Die Darstellung der Unterrichtsvorhaben im schulinternen Lehrplan besitzt den Anspruch, sämtliche im Kernlehrplan angeführten Kompetenzen abzudecken. Dies entspricht der Verpflichtung jeder Lehrkraft, alle je nach Profilierung geforderten Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans bei den Lernenden auszubilden und zu entwickeln.

Diese Ausführungen können im Fach Sport allerdings nur exemplarisch erfolgen, da sich durch die vielfältigen Möglichkeiten der Profilierung an jeder Schule spezifische und vor allem auch unterschiedliche Kursprofile ergeben können, die in ihrer Gesamtheit an dieser Stelle gar nicht abgebildet werden können.

Die Darstellung der Inhalte erfolgt dabei auf zwei Ebenen: der Übersichts- und der Konkretisierungsebene.

Im Kapitel 2.1.1 wird zunächst die **Einführungsphase** vorgestellt. Die Fachkonferenz des Gymnasiums Porta Westfalica hat hierfür ein Beispielprofil mit den Kompetenzerwartungen aus den Bewegungsfeldern 1, 3, 6 und 7 und den bewegungsfeldübergreifenden obligatorischen Kompetenzerwartungen aus den Inhaltsfeldern zusammengestellt.

In der Qualifikationsphase ist die Entwicklung eines Kursprofils **verbindlich**. Schulorganisatorisch erfolgt das im Vorfeld durch Einwahl in Kursprofile über einen Wahlbogen.

Der jeweils ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Um Spielraum für Vertiefungen, besondere Schülerinteressen, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Praktika, Kursfahrten o.ä.) zu erhalten, werden im Rahmen dieses schulinternen Lehrplans nicht die vollen 100 Prozent der Bruttounterrichtszeit verplant.

Während der Fachkonferenzbeschluss zum „Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben“ zur Gewährleistung vergleichbarer Standards sowie zur Absicherung von Lerngruppenübertritten und Lehrkraftwechseln für alle Mitglieder der Fachkonferenz Bindekraft entfalten soll, besitzt die exemplarische Ausweisung „konkretisierter Unterrichtsvorhaben“ (Kapitel 2.1.2) empfehlenden Charakter. Referendarinnen und Referendaren sowie neuen Kolleginnen und Kollegen dienen diese vor allem zur standardbezogenen Orientierung in der neuen Schule, aber auch zur Verdeutlichung von unterrichtsbezogenen fachgruppeninternen Absprachen zu didaktisch-methodischen Zugängen, fächerübergreifenden Kooperationen, Lernmitteln und -orten sowie vorgesehenen Leistungsüberprüfungen, die im Einzelnen auch den Kapiteln 2.2 bis 2.4 zu entnehmen sind. Abweichungen von den vorgeschlagenen Vorgehensweisen bezüglich der konkretisierten Unterrichtsvorhaben sind im Rahmen der pädagogischen Freiheit der Lehrkräfte jederzeit möglich. Sicherzustellen bleibt allerdings auch hier, dass im Rahmen



der Umsetzung der Unterrichtsvorhaben insgesamt alle Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans Berücksichtigung finden.

## **2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben**

Im folgenden Kapitel wird zunächst ein Beispiel für die Strukturierung der Einführungsphase vorgestellt. Anschließend folgt die Qualifikationsphase, für die sowohl zwei Grundkursprofile als auch ein Leistungskursprofil exemplarisch entwickelt wurden.

Strukturell erfolgt zunächst immer die Beschreibung der Profilierung, an die sich dann eine Übersicht über die Qualifikationsphase anschließt. Wer darüber hinaus noch einen tieferen Einblick bis auf die Ebene der Kompetenzerwartungen sucht, wird dann in der nachfolgenden Konkretisierung fündig.

In Kapitel 2.1.4 werden Unterrichtsvorhaben bis auf die Stundenebene heruntergebrochen, um die Kompetenzentwicklung zu verdeutlichen.

Anmerkung: Ohne dabei die Vermittlung der Kompetenzen zu vernachlässigen, können inhaltliche Gegenstände oder Unterrichtsvorhaben von Jahr zu Jahr leicht variieren. Dies gilt vornehmlich für die Profile 2-4 in der Qualifikationsphase.

### **Unterrichtsangebot:**

- Einführungsphase der GOST: 3-stündig
- Qualifikationsphase der GOST - Grundkurs: 3-stündig (auch P4)

## 2.1.1 Einführungsphase

### Profilierung

„Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Einführungsphase in mindestens **drei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller Inhaltsfelder** mit den aufgeführten obligatorischen inhaltlichen Schwerpunkten entwickelt werden.“ (KLP S. 20)

### Übersicht über die beiden Halbjahre der Einführungsphase

Halb-jahre	Laufen-des UV	Thema und Zeitbedarf
<u>1. Halbjahr</u>	UV 1	„ <b>Wir werden Fit</b> “ Grundlegende Aspekte der Vor- und Nachbereitung sportlicher Belastung sowie Anforderungen eines Fitnessprogramms mit beweglichkeits- und kraftverbessernder Zielrichtung ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 2	„ <b>Höher, Schneller, Weiter - Wie werde ich besser?</b> “ Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren, dokumentieren und die Leistungsfähigkeit verbessern ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 3	„ <b>Spezielle Spielfähigkeiten verbessern</b> “ Gruppentaktisches Verhalten im Basketball, Handball und Fußball erfahren, analysieren und anwenden ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 4	„ <b>Ausdauer ist mehr als Laufen</b> “ Allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining in unterschiedlichen Bewegungsfeldern unterrichtsbegleitend
	Freiraum	ca. 6-15 Unterrichtsstunden
<u>2. Halbjahr</u>	UV 5	„ <b>Fit in der Gruppe - so macht Tanzen Spaß</b> “ Entwicklung, Durchführung und Präsentation eines Tanz-Fitness-Programms (z.B. Zumba, Aerobic, Rope Skipping, Tae Bo, oder Chinese Jump Rope) mit ausdauerverbessernder Zielrichtung ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 6	„ <b>Spiele über ein Netz</b> “ Volleyball und Badminton im Vergleich unter Berücksichtigung technischer und taktischer Aspekte im Mit- und Gegeneinander sowie Einzel und Doppel ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 7	„ <b>Wir überwinden Hindernisse</b> “ Le Parkour in der Sporthalle unter dem Aspekt der Ambivalenz von Wagnis und Verantwortung ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 8	„ <b>Mehr als Kacheln zählen</b> “ Effiziente Schwimmtechniken als Voraussetzung für ausdauerndes Schwimmen ca. 6 Unterrichtsstunden
	Freiraum	ca. 6-15 Unterrichtsstunden

Im Folgenden befinden sich die Konkretisierungen der einzelnen Unterrichtsvorhaben mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen.

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 Dehnmethode	F	D	EF	ca. 15 - 18

*Thema des UV: „Wir werden Fit“* - Grundlegende Aspekte der Vor- und Nachbereitung sportlicher Belastung sowie Anforderungen eines Fitnessprogramms unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen und gesundheitlicher Faktoren

### Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

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.

### Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Wählen Sie ein Element aus  
 Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d) Wählen Sie ein Element aus

### Sachkompetenz

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

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Auswirkungen gezielter 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.

Wählen Sie ein Element aus

### Urteilskompetenz

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

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

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Warm Up &amp; Cool Down <ul style="list-style-type: none"> <li>• Theoretische Grundlagen des Erwärmens und Abwärmens</li> </ul> </li> <li>• fakultativ: unterstützt durch Kurzreferate der SuS</li> <li>• Fitness-Programm <ul style="list-style-type: none"> <li>• Theoretische Grundlagen des Beweglichkeitstraining</li> <li>• Theoretische Grundlagen des Krafttrainings</li> </ul> </li> <li>• Erarbeitung eines Fitnessprogramms <ul style="list-style-type: none"> <li>• Steigerung der Kraft</li> <li>• Steigerung der Beweglichkeit</li> </ul> </li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungskatalog für Erwärmungsprogramme in unterschiedlichen Bewegungsfeldern</li> <li>• Erarbeitung eines spezifischen Fitness-Programms in Gruppen mit anschließender Demonstration und gemeinsamer Reflexion</li> <li>• Durchführung des Fitness-Programms als Übungszirkel</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Physiologische Effekte von Warm Up &amp; Cool Down</li> <li>• Physiologische Anpassungserscheinungen von Beweglichkeitstraining</li> <li>• Physiologische Anpassungserscheinungen von Krafttraining</li> <li>• Übungen zum Beweglichkeitstraining</li> <li>• Übungen zum Krafttraining</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration</li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungen demonstrieren, beschreiben und begründen</li> <li>• Mitarbeit in den Phasen der reflektierten Praxis</li> <li>• Gruppenarbeit</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration und Begründung eines Fitness-Programms auf der im Kurs zuvor festgelegten Kriterien</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beachtung der Kriterien der physiologischen und psychologischen Wirkung eines Fitness-Programms</li> <li>• Beachtung des dynamischen und statischen Dehnens</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• physiologische und psychologische Wirkung des Aufwärmens</li> <li>• dynamisches und statisches Dehnen</li> <li>• isometrisches und konzentrisches Krafttraining</li> </ul>			

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	<b>A</b>	<i>F</i>	<b>EF</b>	ca. 15 - 18

*Thema des UV:* „**Höher, Schneller, Weiter - Wie werde ich besser?**“ - Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren, dokumentieren und die Leistungsfähigkeit verbessern

### Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf).

### Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)  
Wählen Sie ein Element aus

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Wählen Sie ein Element aus

### Sachkompetenz

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

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

### Methodenkompetenz

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

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

### Urteilskompetenz

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

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

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vertiefung der Fähigkeiten in Sprint, Sprung und Wurfdisziplinen</li> <li>• Festlegung eigener Wettkampfregeln</li> <li>• Anwenden normierter Wettkampfregeln</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stationsbetrieb</li> <li>• Festigung der eigenen Technik durch Partnerhilfe und Beobachtungsbögen</li> <li>• Schautafeln</li> <li>• Sicherheitsgerechte Nutzung der Wettkampfanlagen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiefstarts</li> <li>• Sprungtechniken</li> <li>• Wurf- und Stoßtechniken (Drehstoß, O'Brian)</li> <li>• Stemmschritt</li> <li>• Schleppen</li> <li>• Sprünge zur Leistungssteigerung in allen Disziplinen</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration</li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trainingstagebuch</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bundesjugendspiele Punktetabelle</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beachtung der Kriterien der physiologischen und psychologischen Wirkung eines Aufwärmprogramms</li> <li>• Beachtung des dynamischen und statischen Dehnens</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zubringerleistungen</li> <li>• Leistungssteigerung durch Training</li> <li>• Tiefstart</li> <li>• Erster Schritt</li> <li>• Stemmschritt</li> </ul>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	<b>E</b>		<b>EF</b>	ca. 15 - 18

*Thema des UV:* „**Spezielle Spielfähigkeiten verbessern**“ – gruppentaktisches Verhalten im Basketball, Handball und Fußball erfahren, analysieren und anwenden

### Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

Wählen Sie ein Element aus

### Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Wählen Sie ein Element aus

Wählen Sie ein Element aus

Wählen Sie ein Element aus

### Sachkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.

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

### Methodenkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.

(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.

Wählen Sie ein Element aus

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fairness im Zweikampf</li> <li>• Spielregeln und -positionen</li> <li>• Laufwege</li> <li>• Basketball im 3:3</li> <li>• Handball im 4:4</li> <li>• Fußball im 5:5</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stationstraining</li> <li>• Methodische Übungsreihen</li> <li>• Gruppenübungen</li> <li>• Kleine Spiele zur Anwendung der Fertigkeiten (Funino)</li> <li>• Selbst- und Fremdbeobachtungen</li> <li>• Turnierformen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeln und Spielerpositionen</li> <li>• Playbook</li> <li>• Fairness</li> <li>• Verletzungsrisiken bei regelwidrigen Handlungen</li> <li>• Vor- und Nachteile der verschiedenen Spielsysteme</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration</li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Führung eines Playbook für jede Sportart</li> <li>• Begleitende Unterrichtsgespräche</li> <li>• Aktive Teilnahme</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielformen</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passspiel</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handball: 4+2, 6+1</li> <li>• Basketball: Give ´n Go, Offense, Defense</li> <li>• Fußball: Flügelspiel, Spielsysteme, Falsche 9, Hängende Spitze</li> <li>• Allgemein: Manndeckung, Raumdeckung, Laufwege, Spielzüge</li> </ul>			



Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)</li> <li>• Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (BF/SB 3)</li> <li>• Bewegen im Wasser - Schwimmen (BF/SB 4)</li> <li>• Spielen in und mit Regelstrukturen (BF/SB 7)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik</li> <li>• BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß</li> <li>• BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken</li> <li>• BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)</li> <li>• BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)</li> </ul>	<b>D</b>	<b>F</b>	<b>EF</b>	unterrichtsbegleitend

*Thema des UV: „Ausdauer ist mehr als Laufen“ - Allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining in unterschiedlichen Bewegungsfeldern*

### 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 3: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können eine schwimmerische Disziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen.

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

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

#### 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).

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

#### Urteilskompetenz

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

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

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erstellung eines unterrichtsbegleitenden <b>Portfolios</b> zu allgemeinen Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining in unterschiedlichen Bewegungsfeldern</li> <li>• <b>Kurzreferate</b> im Schuljahresverlauf <ul style="list-style-type: none"> <li>• BF/SB 1 - Fitness <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kraftausdauertraining</li> </ul> </li> <li>• BF/SB 3 - Leichtathletik <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lauftechnik</li> <li>• gesundheitsorientierte Belastungsintensität</li> <li>• Lauftempo</li> <li>• Ausdauermethoden am Beispiel Laufen (Dauer- und Intervallmethode)</li> </ul> </li> <li>• BF/SB 4 - Schwimmen <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmtechnik für ausdauerndes Schwimmen</li> <li>• Schwimmen, Radfahren und Laufen als Ausdauersportarten im Vergleich</li> </ul> </li> <li>• BF/SB 7 - Sportspiele</li> </ul> </li> <li>• Unterschiede in sportspielspezifischer Ausdauer (Handball, Fußball, Basketball, Volleyball, Badminton)</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterrichtsbegleitendes Portfolio <ul style="list-style-type: none"> <li>• von SuS geführt</li> <li>• Ergänzung durch die Erkenntnis neuer Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining in unterschiedlichen Bewegungsfeldern</li> </ul> </li> <li>• kurze theoretische (durch Kurzreferate der SuS) und praktische (durch Kehrkraft) Einschübe zum Ausdauertraining während der aufgeführten Unterrichtsvorhaben</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeln und Spielerpositionen</li> <li>• Playbook</li> <li>• Fairness</li> <li>• Verletzungsrisiken bei regelwidrigen Handlungen</li> <li>• Vor- und Nachteile der verschiedenen Spielsysteme</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Darstellungsaufgabe <ul style="list-style-type: none"> <li>• Portfolio</li> <li>• Kurzreferat</li> </ul> </li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Qualität der Bewegungsausführung</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Portfolio</li> <li>• Kurzreferat</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Portfolio <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualität der reflexiven Ebenen <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Beschreiben und Dokumentieren</li> <li>2. Interpretieren und Analysieren</li> <li>3. Beurteilen und Bewerten</li> <li>4. Planen</li> </ol> </li> <li>• Formalia</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauerformen: Kurzeitenausdauer, Mittelzeitausdauer, Langzeitausdauer, Grundlagenausdauer, spez. Ausdauer</li> <li>• Ausdauermethoden: Dauermethode, Intervallmethode</li> <li>• Ausdauerprinzipien: Entwicklungs- und Gesundheitsförderung, progressive Belastung, Periodisierung des Trainings</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kurzreferat <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inhaltliche Qualität</li> <li>• Strukturierung</li> <li>• Auftreten</li> </ul> </li> </ul>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 6: Tanz BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik	<b>B</b>	<i>F</i>	<b>EF</b>	ca. 15 - 18

*Thema des UV:* „**Fit in der Gruppe - so macht Tanzen Spaß**“ – Entwicklung, Durchführung und Präsentation eines Tanz-Fitness-Programms (z.B. Zumba, Aerobic, Rope Skipping, Tae Bo, oder Chinese Jump Rope) mit ausdauerverbessernder Zielrichtung

### Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 6: Die Schülerinnen und Schüler können eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.

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.

### Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)  
Wählen Sie ein Element aus

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)  
Wählen Sie ein Element aus

#### Sachkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern.

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

#### Methodenkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.

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

#### Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.

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

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gemeinsame Festlegung eines Tanz-Fitness-Programms und Musikstücks</li> <li>• Eine Basischoreographie als Aufwärmprogramm erstellen (von der Lehrperson oder den SuS)</li> <li>• Bewegungen aus dem gewählten Tanz-Fitness-Programms erlernen und teilweise variieren</li> <li>• Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständiges Üben und Trainieren der Bewegungen (allein und in den Gruppen) mithilfe von Bewegungskarten und Videos.</li> <li>• Erproben und gegenseitiges Demonstrieren ausgewählter Bewegungen</li> <li>• Feedback geben, erhalten und Hilfen/ Tipps umsetzen</li> <li>• Gemeinsame Erarbeitung der Gestaltungs- und Ausführungskriterien für eine Präsentation des Tanz-Fitness-Programms</li> <li>• Entwicklung und Präsentation des Tanz-Fitness-Programms in Kleingruppen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Feedback durch die SuS an die Gruppen anhand verschiedener Beobachtungsschwerpunkten: formale Vorgaben; Ausführungskriterien; Gestaltungskriterien</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation</li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungen demonstrieren, beschreiben und weiterentwickeln</li> <li>• sich auf Unbekanntes einlassen</li> <li>• Engagement und Motivation beim Erlernen und Üben der verschiedenen Bewegungen</li> <li>• Arbeit in den Gruppen</li> <li>• Ausführungsqualität</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation eines Tanz-Fitness-Programms (Choreographie) auf der Grundlage der zuvor im Kurs festgelegten Bewegungskriterien</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung (Einstieg, Hauptteil, Schluss)</li> <li>• Bewegungsqualität</li> <li>• Ausführungskriterien</li> <li>• Aufstellungsformen</li> <li>• Kreativität</li> <li>• Variabilität der Gegenstände</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fitness</li> <li>• spezifischen Begriffe des jeweils gewählten Tanz-Fitness-Programms</li> <li>• Ausdauer</li> <li>• Gestaltungskriterien</li> </ul>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	E	A	EF	ca. 15 - 18

*Thema des UV: „Spiele über ein Netz“ – Volleyball und Badminton im Vergleich unter Berücksichtigung technischer und taktischer Aspekte im Mit- und Gegeneinander sowie Einzel und Doppel*

### 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 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

### Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten  
(e)  
Wählen Sie ein Element aus

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)  
Wählen Sie ein Element aus

### Sachkompetenz

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

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

### Methodenkompetenz

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

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

### Urteilskompetenz

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

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

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Den Ball in der Luft halten: Vergleich einhändig (Arm oder Hand) mit einem Volleyball vs. Badmintonball mit einem Badmintonschläger <ul style="list-style-type: none"> <li>• linke Hand, rechte Hand</li> <li>• Ausgangsstellung aus dem Stand, Sitzen, Liegen</li> <li>• Drehung</li> </ul> </li> <li>• Von 1 mit 1 zum 1 gegen 1:</li> <li>• VB: Fangen in Pritschhaltung (Je schneller ich wieder abwerfe, desto näher komme ich zur Zieltechnik Pritschen; kein Baggern!)</li> <li>• BAD: Alle Schläge erlaubt</li> <li>• Vergleich: Welche Gemeinsamkeiten/Unterschiede gibt es beim 1 gegen 1?</li> <li>• Vom Fangen in Pritschhaltung zum zielgerichteten Pritschen</li> <li>• Von 2 mit 2 zum 2 gegen 2:</li> <li>• Es sollten wie beim Volleyball mit 3 Ballkontakte im Team gespielt werden.</li> <li>• VB: Pritschen; einmal Fangen im Team erlaubt; kein Baggern; kein Aufschlag</li> <li>• BAD: Alle Schläge erlaubt (3 Ballkontakte im Team!)</li> <li>• Vergleich: Welche Gemeinsamkeiten/Unterschiede gibt es beim 2 gegen 2?</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vom Miteinander zum (herausfordernden) Gegeneinander.</li> <li>• Partnerwechsel</li> <li>• Methodische Übungsreihe: Vom Werfen und Fangen zum Pritschen</li> <li>• Um den Spielfluss beim Volleyball im Spiel 2 gegen 2 zu unterstützen sollte auf das Baggern verzichtet werden und das Fangen in Pritschhaltung erlaubt sein.</li> <li>• Taktischer Vergleich: VB 1 gegen 1 vs. BAD 1 gegen 1 und VB 2 gegen 2 vs. BAD 2 gegen 2</li> <li>• Wettkampfgeregeln im Vergleich</li> <li>• Spielbeobachtungsbögen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerkorrektur</li> <li>• Bildreihe</li> <li>• Spielbeobachtungsbögen</li> <li>• Wettkampfgeregeln</li> <li>• Schiedsrichtertätigkeiten</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration</li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktive Teilnahme</li> <li>• Unterrichtsgespräche</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniküberprüfung Pritschen</li> <li>• Schriftlicher Test: Taktisches Verhalten VB vs. BB; Wettkampfgeregeln</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pritschen (siehe Beobachtungsbögen)</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielpositionen</li> <li>• Abwehrverhalten/-positionen</li> <li>• Angriffstaktiken (z.B. in die Lücken spielen; schnell spielen; flach übers Netz spielen; usw.)</li> <li>• Kommunikation im Spiel</li> </ul>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)	BF/SB 5: Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Geräte-kombinationen	<b>C</b>	<b>A</b>	<b>EF</b>	ca. 15 - 18

*Thema des UV: „Wir überwinden Hindernisse“ – Le Parkour in der Sporthalle unter dem Aspekt der Ambivalenz von Wagnis und Verantwortung*

### Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 5: Die Schülerinnen und Schüler können turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.

BF/SB 5: Die Schülerinnen und Schüler können Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.

### Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

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

Wählen Sie ein Element aus

### Sachkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.

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

### Methodenkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.

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

### Urteilskompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.

Wählen Sie ein Element aus

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Angst, Frustration, Freude) im sportlichen Kontext beschreiben</li> <li>• Spannungsfeld von Wagnis und Verantwortung thematisieren</li> <li>• grundlegende Körperspannung und Stützkraft ausbilden</li> <li>• Hindernisse in Hinblick auf Kreativität, Eleganz und Sicherheit überwinden</li> <li>• Turnstationen sicher auf- und abbauen</li> <li>• Sicherheitsaspekte im Rahmen der eigenen Leistungsfähigkeit reflektieren</li> <li>• grundlegende Sicherungs- und Hilfestellungen kennenlernen und anwenden</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungszirkel ausgewählter Stationen unter jeweils einem Hauptthema <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Walls“ - Wände horizontal und vertikal überwinden</li> <li>• „Vaults“ - Gegenstände überspringen</li> <li>• „Precisions“ - präziser Sprung auf/an ein Objekt</li> <li>• „Balances“ - Hindernisse balancierend überwinden</li> </ul> </li> <li>• Erprobung normierter Parkourtechniken UND Entwicklung eigener Überwindungsmöglichkeiten</li> <li>• Entwicklung geeigneter Sicherungs- und Hilfestellungen</li> <li>• Geräteaufbauten mithilfe von Stationskarten</li> <li>• Entwicklung eines „Runs“ - Auswahl unterschiedlicher Stationen der vier Hauptthemen zur Kombination einer Parkourbahn</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• psychische Einflussfaktoren</li> <li>• Spannungsfeld von Wagnis und Verantwortung</li> <li>• normierte Parkourtechniken</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration</li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Sicherheitsbewusstsein</li> <li>• Qualität und Kreativität der Bewegungsausführung</li> <li>• Qualität der Sicherungs- und Hilfestellungen</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration eines Parkour-Runs - Durchlauf einer Gerätekombination verschiedener Anforderungen (mind. 6 Stationen)</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kreativität</li> <li>• Sicherheit</li> <li>• Eleganz/Qualität</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Walls“ - High Jump, Drop Down, Palm Spin, Wall Spin, Wall Run</li> <li>• „Vaults“ - Safety Vault, Lazy Vault, Speed Vault, Thief Vault, Dash Vault</li> <li>• „Precisions“ - Bar Jump, Big Bar Jump, Bench Jump</li> <li>• „Balances“ - Animal Walk, Cat Walk, Bar Walk, Wall Walk</li> </ul>			



Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	<b>A</b>	<i>D</i>	<b>EF</b>	ca. 6

Thema des UV: „**Mehr als Kacheln zählen**“ – Effiziente Schwimmtechniken als Voraussetzung für ausdauerndes Schwimmen

### Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können eine schwimmerische Disziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen.

Wählen Sie ein Element aus

#### Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Wählen Sie ein Element aus

#### Sachkompetenz

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

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

#### Methodenkompetenz

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

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

#### Urteilskompetenz

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

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

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Die Durchführung des Unterrichtsvorhabens als kurzes Schwimmprojekts reduziert die inhaltlichen Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Effizienzierung einer Schwimmtechnik in Bauchlage (wahlweise Brust oder Kraul) und einer Schwimmtechnik in Rückenlage (Rückenkraul) in Bezug auf ausdauerndes Schwimmen inkl. Start und Wende <ul style="list-style-type: none"> <li>• 30 Minuten ausdauerndes Schwimmen (mind. 800 m, davon 650 in Bauch- und 150 m in Rückenlage)</li> </ul> </li> <li>• Wiederholung einzelner Aspekte des Rettungsschwimmens <ul style="list-style-type: none"> <li>• 50 m Transportschwimmen: Schieben oder Ziehen</li> <li>• 10 m Streckentauchen</li> <li>• 3 x 2 m Tieftauchen innerhalb von 3 Minuten</li> <li>• 2 verschiedene Sprünge aus 1 m Höhe</li> </ul> </li> </ul> <p>Fakultativ: Übrigen Anforderungen für das Schwimmabzeichen Gold</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Startsprung und 25 m Kraulschwimmen</li> <li>• 50 m Rückenschwimmen ohne Armtätigkeit</li> <li>• Startsprung und 50 m Brustschwimmen in höchstens 75 Sekunden</li> <li>• Kenntnisse von Baderegeln sowie Hilfe bei Bade-, Boots- und Eisunfällen</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Aufgrund der Durchführung des Unterrichtsvorhabens als kurzes Schwimmprojekts stehen deduktive Unterrichtsverfahren im Vordergrund</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technikbeschreibungen</li> <li>• Technikweisungen</li> <li>• Demonstrationen</li> <li>• Bildreihen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gleitphase ermöglicht ausdauerndes Schwimmen</li> <li>• Rettungsaktionen <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erkennen einer hilflosen Person</li> <li>• Absetzen eines Notrufs</li> <li>• Sprung ins Wasser</li> <li>• Anschwimmen</li> <li>• Flächensuche nach einer untergegangenen Person (Streckentauchen)</li> </ul> </li> <li>• Tauchen zu einer untergegangenen Person (Tieftauchen)</li> <li>• Transport einer erschöpften Person (Schieben oder Ziehen)</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration</li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Sicherheitsbewusstsein</li> <li>• Qualität der Bewegungsausführung in Bezug auf ein effizientes und ausdauerndes Schwimmen</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• erfolgreiches Absolvieren der praktischen Anforderungen</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beobachtungsbögen</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Schwimmtechniken: Wasserfassen, Zugphase, Druckphase, Gleitphase</li> <li>• Start und Wende: Startsprung, Kippwende</li> <li>• Rettungsschwimmen: Paketsprung, Kopfsprung, Anschwimmen, Flächensuche, Tieftauchen, Druckausgleich, Schieben, Ziehen</li> </ul>			

## 2.1.2 Qualifikationsphase im Grundkurs

Am Gymnasium Porta Westfalica gibt es in der Oberstufe vier Grundkurse mit unterschiedlichen Profilen. Dabei kann Sport als viertes Abiturfach gewählt werden (Kursprofil 1). Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich der Profilbildung sind dabei folgende Grundsätze zu berücksichtigen:

*„Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Qualifikationsphase in **zwei** Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung **aller** Inhaltsfelder entwickelt werden.*

*Dabei müssen zwei Inhaltsfelder im Sinne einer Akzentuierung umfassend in allen inhaltlichen Schwerpunkten thematisiert werden. Aus den übrigen vier Inhaltsfeldern ist immer mindestens der erste Schwerpunkt (Fettdruck) mit den jeweils zugehörigen Kompetenzerwartungen zu berücksichtigen.“ (KLP S. 28)*

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergeben sich folgende Kursprofile:

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele BB	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
2	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele BD	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
3	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele HB	d - Leistung	a - Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung
4	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Bewegen an Geräten - Turnen	d - Leistung	a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

## Kursprofil 1: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 33f):

- leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

- Mannschaftsspiele (**Basketball**)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (**Flag-Football**)

Quar- tale	Nr. UV	Bezug KE		Thema
		BF	BWK SK/MK/UK	
Q 1.1	UV 1	BF 3: BWK 1/2	d1: SK1, UK 1 a1: SK1, MK1 e1: MK1	<b>Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen</b> – In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten
	UV 2	BF 7: BWK1,2	e1: SK1, MK1/2, UK1 a3: SK3	<b>Erfolgreich mit Partner</b> – Festigen grundlegender Gruppentaktiken und Erweitern des Handlungsrepertoires durch Partnerhilfen
	UV 3	BF 6: BWK 1	b1: SK1, UK1 c1: SK1	<b>We are the Harlem Globetrotters – Basketball mal anders</b> – Präsentation eines Showauftritts mit dem Schwerpunkt Basketball, um das Spiel auch unter einer anderen Perspektive kennen zu lernen
	Frei- raum			ca. 9 – 18 Stunden
Q 1.2	UV 4	BF 7: BWK 1/2	e1: SK1, MK 2, UK 1	<b>Das Chaos ordnen</b> –Positionen und Aufstellungen im Spiel 5-5 gegen eine Mann-Mann Verteidigung (MMV)
	UV 5	BF 3: BWK3	d1/3: SK1/2, MK 1/2 f1:SK1	<b>Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig</b> – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung
	UV 6	BF 7: BWK 3/4	e1/2: SK1, UK1	<b>FlagFootball – Vom Ball zum Ei</b> – Erprobung einer bereits noch nicht allgemein bekannten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport,

			f1: SK 1/ UK1	um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen
	<b>Frei- raum</b>			ca.18 - 27 Stunden
Q 2.1	<b>UV 7</b>	<b>BF 3:</b> BWK 1/2	a1: SK1/2, UK1 d3: SK1/2, UK1	<b>Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung</b> – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern
	<b>UV 8</b>	<b>BF 7:</b> BWK 1/2	e1/2: SK1, MK1/2, UK 1	<b>Es geht auch anders</b> - Erarbeitung der Grundsätze der Ball-Raum-Verteidigung (BRV) als Verteidigungsalternative“
	<b>UV 9</b>	<b>BF 3:</b> BWK 4	e2: UK1 f1: UK1	<b>Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste</b> – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbe-griff differenziert beurteilen zu können
	<b>Frei- raum</b>			ca. 6 - 15 Stunden
Q 2.2	<b>UV 10</b>	<b>BF 7:</b>	e1: MK1/2	<b>Die Prüfung kommt zum Schluss</b> – Individuelle Vorbe-reitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leis-tungsmaximierung/-stabilisierung
	<b>UV 11</b>	<b>BF 3:</b>	d1: MK1 e1: MK1/2 a1: SK 1	<b>Jetzt wird es ernst</b> – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximie-rung/-stabilisierung
	<b>Frei- raum</b>			ca. 3 - 9 Stunden
	<b>Paral- lel</b>			<b>Wiederholung und Vertiefung theoretischer Inhalte</b> zur Vorbereitung auf die theoretische Prüfung
Letzter Schultag				

**Die Konkretisierungen mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen befinden sich im Folgenden.**

## Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (Q1.1)

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UV:16	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 1
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/ SB 3)		<b>Inhaltliche Kerne:</b> Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf und Stoß	
<b>Inhaltsfelder:</b> Leistung – Trainingsplanung und Organisation/ Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen – Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> Leistung – Trainingsplanung und Organisation (d)	

### Thema des UV:

**Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen** - In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten

### Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren. BWK 3.1
- einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen. BWK 3.2

#### Sachkompetenz (SK):

- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern. SK d1
- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben SK a1

#### Methodenkompetenz (MK):

- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden. MK a1
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden. MK e1

#### Urteilskompetenz (UK):

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen. UK d1

## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen** - In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten

Didaktische Entscheidungen	Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
			Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anforderungsprofile von Sprint, Sprung, Ausdauer- und Wurfdisziplinen erstellen</li> <li>• Steigerungsläufe</li> <li>• Tiefstart</li> <li>• Sprungvarianten</li> <li>• Kugelstoßtechniken</li> <li>• Wdh. Muskelaufbau und Muskelfunktion</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teillernmethode</li> <li>• Stationentraining</li> <li>• Partnerbeobachtung</li> <li>• Videofeedback/Analyse</li> <li>• Bewegungsreihen</li> <li>• Methodische Übungsreihen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungs-merkmale des Sprints, Weit-sprunges, Kugelstoßes benennen</li> <li>• Kenntnisse über angemessene Kleidung</li> <li>• Kenntnisse über die Wettkampf-bestimmungen der einzelnen Disziplinen</li> <li>• Wesentliche Merkmale der oben genannten Techniken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zeitmessung</li> <li>• Startblöcke einstellen</li> <li>• Weiten-messung</li> <li>• Kugelstoß-regeln anwenden</li> </ul>	<p><b>Punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportabzeichen</li> <li>• Techniküberprüfung</li> </ul>

## Spielen in und mit Regelstrukturen – Basketball (Q1.1)

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UV:16	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 2
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		<b>Inhaltliche Kerne</b> Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
<b>Inhaltsfelder</b> Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

### Thema des UV:

**Erfolgreich mit Partner – Festigen grundlegender Gruppentaktiken und Erweitern des Handlungsrepertoires durch Partnerhilfen**

### Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- 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. BWK 7.1
- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen. BWK 7.2

#### Sachkompetenz (SK):

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. SK e1
- grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern. SK a3

#### Methodenkompetenz (MK):

- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden MK e1
- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. MK e2

#### Urteilskompetenz (UK):

- Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. UK e1



## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: Erfolgreich mit Partner** – Festigen grundlegender Gruppentaktiken und Erweitern des Handlungsrepertoires durch Partnerhilfen

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel 3-3</li> <li>• Give and go</li> <li>• Freilaufen/Anbieten</li> <li>• Schneiden zum Korb</li> <li>• Erweiterung der Angriffsmöglichkeiten durch</li> <li>• Partnerhilfe: direkter Block+Abrollen</li> <li>• Partnerhilfe: indirekter Block+Abrollen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppenarbeit</li> <li>• Videoanalyse/-feedback</li> <li>• Stationen</li> <li>• Methodische Übungsreihen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wettkampfregel</li> <li>• Sicherheit beim Spielen fördern</li> <li>• Verständigung</li> <li>• Wesentliche Merkmale der Techniken: Freilaufen, Cut, Block</li> <li>• Taktiktafel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schiedsrichter-tätigkeiten</li> <li>• Basketball-techniken bzw. die genannten vortaktischen Elemente in Übungs- und Spielformen erlernen und anwenden</li> </ul>	<p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik-/Vortaktiküberprüfung</li> <li>• Spielfähigkeit im Spiel 3:3 und 5:5</li> </ul>

## Spiele in und mit Regelstrukturen – Basketball (Q1.1)

<b>Jahrgangsstufe: Q1.1</b>	<b>Dauer des UV:10</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 3</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		<b>Inhaltliche Kerne:</b> Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
<b>Inhaltsfelder</b> Bewegungsgestaltung – Gestaltungskriterien b Wagnis und Verantwortung – Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Bewegungsgestaltung – Gestaltungskriterien b	

### **Thema des UV:**

„**We are the Harlem Globetrotters**“ – **Basketball mal anders** – Präsentation eines Showauftritts mit dem Schwerpunkt Basketball, um das Spiel auch unter einer anderen Perspektive kennen zu lernen

### **Kompetenzerwartungen:**

#### **BWK:**

- selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren. BWK 6.1

#### **Sachkompetenz (SK):**

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. SK b1

#### **Methodenkompetenz (MK):**

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. SK c1

#### **Urteilskompetenz (UK):**

- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. UK b1

## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: We are the Harlem Globetrotters – Basketball mal anders** – Präsentation eines Showauftritts mit dem Schwerpunkt Basketball, um das Spiel auch unter einer anderen Perspektive kennen zu lernen

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennenlernen/Erweiterung von aerobicspezifischen Schrittmustern und einer Aufführung der Harlem Globetrotters</li> <li>• Kennenlernen/Erweiterung von ballspezifischen Wurf-Prell-, Rolltechniken</li> <li>• Kennenlernen der „Maskotchen“-Akrobatik</li> <li>• Kombination von Schrittmustern und</li> <li>• Balltechniken</li> <li>• Kennenlernen der Gestaltungskriterien Raum, Zeit, Dynamik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Partner und Gruppenarbeit</li> <li>• Improvisation, Variation,</li> <li>• Komposition von Bewegungsfolgen</li> <li>• Präsentationsarten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltungskriterien</li> <li>• Rhythmisierung <ul style="list-style-type: none"> <li>• Synchronität</li> <li>• Wagnis: was darf man und was nicht</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Handgerät: verschiedene Bälle werfen, prellen, fangen und rollen</li> <li>• Aerobicsteps</li> <li>• Komposition mit Ball, allein und mit Partner</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation und gegenseitige</li> <li>• Beurteilung bezüglich Qualität, Originalität, Schwierigkeitsgrad, Synchronität und Rhythmisierung</li> </ul> <p><b>Punktuell</b> Basketball-Choreographieaufführung in der Gruppe Demonstration eines Basketballtricks</p>

## Spielen in und mit Regelstrukturen – Basketball (Q1.2)

<b>Jahrgangsstufe: Q1.2</b>	<b>Dauer des UV:14</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 4</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		<b>Inhaltliche Kerne:</b> BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
<b>Inhaltsfelder</b> Kooperation und Konkurrenz – Fairness und Aggression im Sport (e)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Kooperation und Konkurrenz – Fairness und Aggression im Sport (e)	

### Thema des UV:

„Das Chaos ordnen –Positionen und Aufstellungen im Spiel 5-5 gegen eine Mann-Mann Verteidigung (MMV)

### Kompetenzerwartungen:

#### BWK:

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen. BWK 7.2
- in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

#### Sachkompetenz (SK):

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. SK e1

#### Methodenkompetenz (MK):

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. MK e2

#### Urteilskompetenz (UK):

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- undWettkampfsituationen beurteilen. UK e1

## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: Das Chaos ordnen** – Positionen und Aufstellungen im Spiel 5-5 gegen eine Mann-Mann Verteidigung (MMV)

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Positionen einnehmen:</li> <li>• Aufbau, Flügel, Center</li> <li>• Angriffsaufstellung 1-2-2, 2-1-2</li> <li>• Spielsystem unter Einbeziehung vortaktischer Elemente entwickeln</li> <li>• Grundsätze der MMV festigen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Taktiktafel-/skizzen</li> <li>• Methodische Übungsreihen</li> <li>• Gruppenarbeit</li> <li>• spielnahe Übungsformen: 4-4</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wettkampfregele</li> <li>• Vor- und Nachteile verschiedener Angriffsaufstellungen gegen MMV</li> <li>• Grundsätze im Angriff gegen eine MMV</li> <li>• Grundsätze der MMV</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schiedsrichtertätigkeiten</li> <li>• Anwenden der</li> <li>• Angriffs- und</li> <li>• Abwehrtechniken im Spiel</li> </ul>	<p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielfähigkeit im Spiel 5:5</li> </ul>

## Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (Q1.2)

<b>Jahrgangsstufe: Q1.2</b>	<b>Dauer des UV:10</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 5</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		<b>Inhaltliche Kerne:</b> Formen ausdauernden Laufens	
<b>Inhaltsfelder</b> Leistung – Trainingsplanung und –organisation/ Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen (d) Gesundheit – Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens/ Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Leistung - Trainingsplanung und -organisation Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit	

### **Thema des UV:**

**Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig** – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung

### **Kompetenzerwartungen:**

#### **BWK:**

- Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten). BWK 3.3

#### **Sachkompetenz (SK):**

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern. SK d1
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. SK d2
- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern. SK f1

#### **Methodenkompetenz (MK):**

- Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen und erläutern. MK d2
- die Entwicklung ihrer individuelle Leistungsentwicklung dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio). MK d1

#### **Urteilskompetenz (UK):**

- Positive und negative Einflüsse von Sportteilen im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzierten Körperbildern beurteilen

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig** – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung

Didaktische Entscheidungen	Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
			Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gesundheitsorientiert und/oder leistungsorientiert</li> <li>• altersangemessene, progressive Belastungssteigerung</li> <li>• Individualisierung des Lauf tempos über unterschiedliche Trainingsmethoden</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppenarbeitsphasen zu Trainingsmethoden und spielerischen Formen des Ausdauertrainings</li> <li>• Demonstration nach Bewegungsaufgaben durch Schülerinnen</li> <li>• Demonstration auch durch die Lehrkraft</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anpassung</li> <li>• Training</li> <li>• Belastungsnormativa</li> <li>• Gesetzmäßigkeiten bei der Planung von Ausdauertraining</li> <li>• Energiebereitstellung (aerob, anaerob-alaktazid, anaerob-laktazid, anaerobe Schwelle,</li> <li>• Trainingsprinzipien (u.a. Superkompensation und Homöostase, Trainingswirksamer Reiz, progressive Belastungssteigerung</li> <li>• Ausdauertrainingsmethoden (u.a. Dauer-, Intervall- und Wettkampfmethode</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauererprobungs (2x)</li> <li>• Trainingseinheiten zu Hause</li> <li>• Zeitschätzläufe</li> <li>• Orientierungslauf</li> <li>• Temposchätzläufe</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sonstige Mitarbeit z.B. insbesondere aktive Beteiligung in Gesprächsphasen, Erarbeitung der Theorieinhalte, Trainingstagebuch mit selbstständig entwickeltem Trainingsplan</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauererprobungs am Ende des UVs unter besonderer Berücksichtigung eines gleichmäßigen Lauf tempos (Zeit-/Distanzschätzlauf) oder wettkampforientiert</li> </ul> <p>Ggf. Klausur oder Fachpraktische Prüfung</p>

## Spielen in und mit Regelstrukturen – Basketball (Q1.2)

<b>Jahrgangsstufe: Q1.2</b>	<b>Dauer des UV:12</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 6</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		<b>Inhaltliche Kerne:</b> Alternative Spiele und Sportspielvarianten – FlagFootball	
<b>Inhaltsfelder</b> Gesundheit – Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Kooperation und Konkurrenz – Fairness und Aggression im Sport (e)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens Kooperation und Konkurrenz – Fairness und Aggression im Sport	

### **Thema des UV:**

**FlagFootball – Vom Ball zum Ei** – Erprobung einer bereits noch nicht allgemein bekannten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen

### **Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

#### **BWK:**

- Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen. BWK 7.4

#### **Sachkompetenz (SK):**

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern. SK f1

#### **Methodenkompetenz (MK):**

- Individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. MK e2

#### **Urteilskompetenz (UK):**

- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. UK f1



## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: FlagFootball – Vom Ball zum Ei** – Erprobung einer bereits noch nicht allgemein bekannten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einführung/ Vertiefung der grundlegenden Techniken und Fertigkeiten</li> <li>• Erproben von unterschiedlichen Lauf Routinen</li> <li>• Einfache Lauf- und Passspiele erarbeiten und durchführen</li> <li>• Lauf-, Passspiel</li> <li>• Regeln</li> <li>• Offensive, Defensive</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stationsbetrieb</li> <li>• Gruppenarbeit</li> <li>• Regelanpassung</li> <li>• Individuelles Üben</li> <li>• von Bewegungsabläufen (vom Einfachen zum Komplexen)</li> <li>• Differenzierung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Center, Quarterback, Runningback, Receiver</li> <li>• Touch down</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Techniken: Passen, Fangen, Laufen mit Ball, Flagge abreißen</li> <li>• Lauf Routinen: Fly, Out, Corner, Curl,..</li> <li>• Spielzüge</li> </ul>	<p><b>Punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Techniktest</li> <li>- Taktikdemonstrationen</li> </ul>

## Laufen, springen, werfen - Leichtathletik (Q2.1)

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 15-18	Vernetzung mit UV: 6, 9	Laufende Nummer des UV: 7
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>  Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne:</b>  BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder:</b>  Leistung (d) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>  Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Wählen Sie ein Element	

### Thema des UV:

„Wie werde ich besser?“ - Ausgewählte leichtathletischen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren, um die individuelle Leistungsfähigkeit zu verbessern

### Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren
- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element

#### Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

#### Methodenkompetenz (MK):

- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element

## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: „Wie werde ich besser?“** - Ausgewählte leichtathletischen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren, um die individuelle Leistungsfähigkeit zu verbessern

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausgewählte leichtathletische Disziplinen...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lauf: 100 m <u>oder</u> 400 m</li> <li>• Wurf/Stoß: Speer <u>oder</u> Kugel</li> <li>• Sprung: Weit <u>oder</u> Hoch</li> </ul> </li> <li>• in Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren...</li> <li>• Zusammenhang zwischen Struktur und Funktion von Bewegungen</li> <li>• Phasenstruktur</li> <li>• Biomechanik</li> <li>• um die individuelle Leistungsfähigkeit zu verbessern               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungskatalog für Heimtraining                   <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprint: z.B. Lauf-ABC</li> <li>• Wurf/Stoß: z.B. Schockwürfe</li> <li>• Sprung: z.B. Sprung-ABC</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analytisch-synthetische Methode bei komplexen technischen Anforderungen (z.B. Speer, Kugel, Hoch)</li> <li>• Ganzheitsmethode bei einfachen technischen Anforderungen (z.B. Sprint-Start, Lauftechnik, Weit)</li> <li>• Videoanalyse</li> <li>• Partnerkorrektur</li> <li>• Beobachtungsbögen</li> <li>• Bewegungsabläufe in Phasenbildern</li> <li>• Lehrvideos über biomechanische Prinzipien in leichtathletischen Disziplinen (z.B. Im Körper der Topathleten - Hochsprung)</li> <li>• fakultativ: Kurzreferate über biomechanische Prinzipien in leichtathletischen Disziplinen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Technikbeschreibungen</li> <li>• Phasenstruktur               <ul style="list-style-type: none"> <li>• zyklische und azyklische Bewegungen</li> <li>• Vorbereitungs-, Haupt- und Endphase</li> </ul> </li> <li>• Grundlagen der Biomechanik               <ul style="list-style-type: none"> <li>• optimaler Beschleunigungsweg (z.B. Weit)</li> <li>• Anfangskraft (z.B. Speer, Kugel)</li> <li>• Koordination von Teilimpulsen (z.B. Hoch)</li> <li>• Gegenwirkung (z.B. Weit)</li> <li>• Impulserhaltung (z.B. Kugel)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• leichtathletische Techniken               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprint-Start</li> <li>• Lauftechnik</li> <li>• Speerwurf <u>oder</u> Kugelstoß</li> <li>• Weitsprung <u>oder</u> Hochsprung</li> </ul> </li> </ul>	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Qualität der Technikausführung</li> </ul>
				punktuell: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik-Demonstration der ausgewählten leichtathletischen Disziplinen</li> </ul>

## Spielen in und mit Regelstrukturen – Basketball (Q2.1)

<b>Jahrgangsstufe: Q2.1</b>	<b>Dauer des UV:12</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 8</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		<b>Inhaltliche Kerne:</b> BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
<b>Inhaltsfelder</b> Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

### Thema des UV:

„Es geht auch anders“ - Erarbeitung der Grundsätze der Ball-Raum-Verteidigung (BRV) als Verteidigungsalternative“

### Kompetenzerwartungen:

#### BWK:

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen BWK 7.1
- in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden
- im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden.

#### Sachkompetenz (SK):

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. SK e1

#### Methodenkompetenz (MK):

- (bewegungsfeldspezifische Wettkampfbregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden. MK e1
- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. MK e2

#### Urteilskompetenz (UK):

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. UK e1

## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: „Es geht auch anders“** - Erarbeitung der Grundsätze der Ball-Raum-Verteidigung (BRV) als Verteidigungsalternative

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• BRV</li> <li>• Angriffsmöglichkeiten gegen eine BRV</li> <li>• Schnellangriff</li> <li>• Wurf, Pass</li> <li>• Überzahlspiel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel- und Spielerbeobachtung</li> <li>• spielnahe Übungsformen</li> <li>• Gruppenarbeit</li> <li>• Überzahlspiel: 3:2, 4;3</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wettkampfregeln</li> <li>• Grundprinzipien der BRV</li> <li>• Angriffsprinzipien gegen eine BRV</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schiedsrichter-tätigkeiten</li> <li>• Spiel auf einen Korb</li> </ul>	<p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Spielfähigkeit 5:5 evtl. auf einen Korb</li> <li>· Techniküberprüfung: Wurf, Pass</li> </ul>

## Laufen, springen, werfen - Leichtathletik (Q2.1)

<b>Jahrgangsstufe: Q2.1</b>	<b>Dauer des UV:12</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 9</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik		<b>Inhaltliche Kerne:</b> alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	
<b>Inhaltsfelder</b> Kooperation und Wettkampf – Fairness und Aggression im Sport(e) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibensv(f)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Fairness und Aggression im Sport (e) Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)	

### Thema des UV:

**Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste** – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können

### **Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

#### **BWK:**

- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten. BWK 3.4

#### **Sachkompetenz (SK):**

#### **Methodenkompetenz (MK):**

#### **Urteilskompetenz (UK):**

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. UK e1
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. UK f1

## **Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung**

**Thema des UV: Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste** – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter

Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methoden</b>	<b>Theorie-Praxisverknüpfung</b>		<b>Leistungsbewertung</b>
		<b>Gegenstände - Theorie</b>	<b>Gegenstände - Praxis</b>	

## Spielen in und mit Regelstrukturen – Basketball (Q2.2)

<b>Jahrgangsstufe: Q2.2</b>	<b>Dauer des UV:12</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 10</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		<b>Inhaltliche Kerne:</b> Mannschaftsspiele	
<b>Inhaltsfelder</b> e – Kooperation und Wettkampf		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten	

### **Thema des UV:**

**Die Prüfung kommt zum Schluss** – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung

### **Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

#### **BWK:**

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden. BWK 7.1
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen. BWK 7.2

#### **Sachkompetenz (SK):**

#### **Methodenkompetenz (MK):**

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. MK e2
- bewegungsspezifische Wettkampfgeregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden MK e1



## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: Die Prüfung kommt zum Schluss** – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<b>Rg</b> Wiederholung aller prüfungsrelevanten Inhalte, Techniken und Taktiken	Referate  Taktiktafeln	Neu: Technik des Rebounds	Schnellangriff Rebound sichern	<b>Punktuell:</b> Vortragen des Schnellangriffs Sichern des Rebounds demonstrieren

## Laufen, springen, werfen - Leichtathletik (Q2.2)

Jahrgangsstufe: Q2.2	Dauer des UV:12	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 11
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik		<b>Inhaltliche Kerne:</b> leichtathletische Disziplinen Formen ausdauernden Laufens	
<b>Inhaltsfelder</b> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Kooperation und Wettkampf (e)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)	

### Thema des UV:

**Jetzt wird es ernst** – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung

### Kompetenzerwartungen:

#### BWK:

- einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen. BWK 3.1

#### Sachkompetenz (SK):

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben. SK a1

#### Methodenkompetenz (MK):

- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen. MK e1
- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. MK e2

#### Urteilskompetenz (UK):

- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen. UK a1

## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: Jetzt wird es ernst** – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
Wiederholung aller prüfungsrelevanten Inhalte, Techniken und Taktiken	Referate	Neu: Staffeln Staffelstabübergabe Taktik des Staffellaufs	Staffelläufe	<b>Punktuell:</b> Staffelwettkampf

## Kursprofil 2: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 33f):

- leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

- Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. **Badminton**, Tennis, Tischtennis)
- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, **Baseball**, Faustball, Frisbee, Indiac, Korbball, Prellball, Rugby, Schlagball)

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q 1.1</u>	UV 1	„ <b>Wie werde ich besser?</b> “ Ausgewählte leichtathletischen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren, um die individuelle Leistungsfähigkeit zu verbessern ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 2	„ <b>Erfolgreich in der Abwehr</b> “ Vergleich unterschiedlicher Methoden des motorischen Lernens zur Aneignung von Abwehrtechniken im Einzel für eine Verbesserung der individualtaktischen Spielfähigkeit ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 3	„ <b>Vom Brennball zum Baseball</b> “ Weiterentwicklung eines kleinen Spiels zu einem institutionalisierten Sportspiel durch schrittweise geänderte Personal-, Raum-, Zeit-, Inventar- und Handlungsregeln ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	Freiraum	ca. 6-15 Unterrichtsstunden
<u>Q 1.2</u>	UV 4	„ <b>Der Erfolg zeigt sich langfristig</b> “ Erstellung eines individuellen Ausdauer-Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung ca. 18-21 Unterrichtsstunden
	UV 5	„ <b>Erfolgreich im Angriff</b> “ Die Bedeutung der koordinativen Fähigkeiten für eine spielgemäße Entwicklung ( <i>tactical games approach</i> ) von Angriffstechniken im Einzel zur Verbesserung der individualtaktischen Spielfähigkeit ca. 18-21 Unterrichtsstunden
	Freiraum	ca. 12-24 Unterrichtsstunden
<u>Q 2.1</u>	UV 6	„ <b>Alternative Wettkämpfe - Der Schnellste ist nicht immer der Beste</b> “ Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können ca. 15-18 Unterrichtsstunden

	<b>UV 7</b>	<b>„Erfolgreich im Doppel“</b> Vergleich unterschiedlicher Angriffs- und Abwehrformen im Doppel zur Verbesserung der gruppentaktischen Spielfähigkeit unter Berücksichtigung der Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in Wettkampfsituationen ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	<b>UV 8</b>	<b>„Akrobatische Weltreise“</b> Gestaltung einer gruppenakrobatischen Präsentation aus statischen Figuren und dynamischen Übergängen unter Berücksichtigung der Ambivalenz von Wagnis und Verantwortung ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 6-15 Unterrichtsstunden
<b><u>Q 2.2</u></b>	<b>UV 9</b>	<b>„Die Leichtathletik-Abschlussprüfung“</b> Organisation und Durchführung eines Leichtathletik-Mehrkampfes, bestehend aus je einer Lauf-, Ausdauer-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin ca. 12-15 Unterrichtsstunden
	<b>UV 10</b>	<b>„Die Badminton-Abschlussprüfung“</b> Entwicklung, Organisation, Durchführung und Reflexion alternativer Badminton Spiel- und Turnierformen im Einzel und Doppel ca. 12-15 Unterrichtsstunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 3-6 Unterrichtsstunden
	<b>Parallel</b>	Wiederholung und Vertiefung theoretischer Inhalte zur Vorbereitung auf die theoretische Prüfung
<b>Letzter Schultag</b>		

**Die Konkretisierungen mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen befinden sich im Folgenden.**

<b>Jahrgangsstufe: Q1</b>	<b>Dauer des UV: 15-18</b>	<b>Vernetzung mit UV: 6, 9</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 1</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>  Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne:</b>  BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder:</b>  Leistung (d) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>  Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Wählen Sie ein Element	

### **Thema des UV:**

„**Wie werde ich besser?**“ - Ausgewählte leichtathletischen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren, um die individuelle Leistungsfähigkeit zu verbessern

### **Kompetenzerwartungen:**

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

- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren
- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element

#### **Sachkompetenz (SK):**

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

#### **Methodenkompetenz (MK):**

- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: „Wie werde ich besser?“** - Ausgewählte leichtathletischen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren, um die individuelle Leistungsfähigkeit zu verbessern

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausgewählte leichtathletische Disziplinen...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lauf: 100 m <u>oder</u> 400 m</li> <li>• Wurf/Stoß: Speer <u>oder</u> Kugel</li> <li>• Sprung: Weit <u>oder</u> Hoch</li> </ul> </li> <li>• in Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zusammenhang zwischen Struktur und Funktion von Bewegungen</li> <li>• Phasenstruktur</li> <li>• Biomechanik</li> </ul> </li> <li>• um die individuelle Leistungsfähigkeit zu verbessern               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungskatalog für Heimtraining                   <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprint: z.B. Lauf-ABC</li> <li>• Wurf/Stoß: z.B. Schockwürfe</li> <li>• Sprung: z.B. Sprung-ABC</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analytisch-synthetische Methode bei komplexen technischen Anforderungen (z.B. Speer, Kugel, Hoch)</li> <li>• Ganzheitsmethode bei einfachen technischen Anforderungen (z.B. Sprint-Start, Lauftechnik, Weit)</li> <li>• Videoanalyse</li> <li>• Partnerkorrektur</li> <li>• Beobachtungsbögen</li> <li>• Bewegungsabläufe in Phasenbildern</li> <li>• Lehrvideos über biomechanische Prinzipien in leichtathletischen Disziplinen (z.B. Im Körper der Topathleten - Hochsprung)</li> <li>• fakultativ: Kurzreferate über biomechanische Prinzipien in leichtathletischen Disziplinen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Technikbeschreibungen</li> <li>• Phasenstruktur               <ul style="list-style-type: none"> <li>• zyklische und azyklische Bewegungen</li> <li>• Vorbereitungs-, Haupt- und Endphase</li> </ul> </li> <li>• Grundlagen der Biomechanik               <ul style="list-style-type: none"> <li>• optimaler Beschleunigungsweg (z.B. Weit)</li> <li>• Anfangskraft (z.B. Speer, Kugel)</li> <li>• Koordination von Teilimpulsen (z.B. Hoch)</li> <li>• Gegenwirkung (z.B. Weit)</li> <li>• Impulserhaltung (z.B. Kugel)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• leichtathletische Techniken               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprint-Start</li> <li>• Lauftechnik</li> <li>• Speerwurf <u>oder</u> Kugelstoß</li> <li>• Weitsprung <u>oder</u> Hochsprung</li> </ul> </li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Qualität der Technikausführung</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik-Demonstration der ausgewählten leichtathletischen Disziplinen</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: Q1</b>	<b>Dauer des UV: 15-18</b>	<b>Vernetzung mit UV: 4, 7, 10</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 2</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>  Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne:</b>  BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder:</b>  Kooperation und Konkurrenz (e) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>  Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Wählen Sie ein Element	

### Thema des UV:

„Erfolgreich in der Abwehr“ - Vergleich unterschiedlicher Methoden des motorischen Lernens zur Aneignung von Abwehrtechniken im Einzel für eine Verbesserung der individualtaktischen Spielfähigkeit.

### Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- GK BWK 7.1: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.
- GK BWK 7.4: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfvverhalten bewältigen
- Wählen Sie ein Element

#### Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

#### Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregele erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

#### Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.



## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: „Erfolgreich in der Abwehr“** - Vergleich unterschiedlicher Methoden des motorischen Lernens zur Aneignung von *Abwehrtechniken* im Einzel für eine Verbesserung der individualtaktischen Spielfähigkeit.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vergleich verschiedener Methoden des motorischen Lernens...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Analytisch-synthetische Methode</li> <li>• Ganzheitsmethode</li> <li>• induktive Methode</li> <li>• deduktive Methode</li> </ul> </li> <li>• zur Aneignung von <i>Abwehrtechniken</i> im Einzel...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorhand - Clear</li> <li>• Rückhand - Clear</li> <li>• Überkopf - Clear</li> <li>• hoher Aufschlag</li> </ul> </li> <li>• für eine Verbesserung der individualtaktischen Spielfähigkeit               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schlägerhaltung</li> <li>• Spielfeldaufteilung</li> <li>• zentrale Position (T-Linie)</li> <li>• Nullstellung</li> <li>• hohe Abwehr</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vergleich verschiedener Methoden des motorischen Lernens...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Analytisch-synthetische Methode</li> <li>• Ganzheitsmethode</li> <li>• induktive Methode</li> <li>• deduktive Methode</li> </ul> </li> <li>• Videoanalyse</li> <li>• Partnerkorrektur</li> <li>• Beobachtungsbögen</li> <li>• Rotations-Spielbetrieb</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vergleich verschiedener Methoden des motorischen Lernens...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Analytisch-synthetische Methode</li> <li>• Ganzheitsmethode</li> <li>• induktive Methode</li> <li>• deduktive Methode</li> </ul> </li> <li>• Technikbeschreibungen</li> <li>• Regelkunde</li> <li>• individualtaktische Spielfähigkeit               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielfeldaufteilung</li> <li>• zentrale Position (T-Linie)</li> <li>• Nullstellung</li> <li>• hohe Abwehr</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schlägerhaltung</li> <li>• Abwehrtechniken               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorhand - Clear</li> <li>• Rückhand - Clear</li> <li>• Überkopf - Clear</li> <li>• hoher Aufschlag</li> </ul> </li> <li>• Umsetzung individualtaktischer Maßnahmen</li> </ul>	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Qualität der Technikausführung</li> <li>• Umsetzung von taktischen Maßnahmen</li> </ul>
				punktuell: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration in einer 1:1 Spielsituation               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Abwehrtechniken</li> <li>• taktisches Abwehrverhalten</li> </ul> </li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: Q1</b>	<b>Dauer des UV: 15-18</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 3</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>  Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne:</b>  BF/SB 7: Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indica, Korfball, Prellball, Rugby, Schlagball) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder:</b>  Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Kooperation und Konkurrenz (e) Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>  Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Wählen Sie ein Element	

### Thema des UV:

„**Vom Brennball zum Baseball**“ - Weiterentwicklung eines kleinen Spiels zu einem institutionalisierten Sportspiel durch schrittweise geänderte Personal-, Raum-, Zeit-, Inventar- und Handlungsregeln

### Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- GK BWK 7.6: Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen
- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.
- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- Wählen Sie ein Element

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: „Vom Brennball zum Baseball“** - Weiterentwicklung eines kleinen Spiels zu einem institutionalisierten Sportspiel durch schrittweise geänderte Personal-, Raum-, Zeit-, Inventar- und Handlungsregeln

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Weiterentwicklung eines kleinen Spiels...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• klassisches Brennball</li> <li>• Brennballvarianten</li> </ul> </li> <li>• zu einem institutionalisierten Sportspiel...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Baseball</li> </ul> </li> <li>• durch schrittweise geänderte Personal-...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Offense: Batter, Läufer</li> <li>• Defense: Pitcher, Catcher, Baseman, Shortstop, Centerfielder</li> </ul> </li> <li>• Raum-...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 Bases mit 27 m Abstand</li> </ul> </li> <li>• Zeit-...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inning</li> </ul> </li> <li>• Inventar-...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bat (Schläger)</li> <li>• Fanghandschuh</li> <li>• Baseball</li> <li>• T-Ball-Ständer</li> </ul> </li> <li>• und Handlungsregeln               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verteidigung der Bases</li> <li>• „Out“</li> <li>• „Strike“ und „Ball“</li> <li>• „Forced-Unforced-Play“</li> <li>• „Retouch“</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufbaureihe (tactical games approach) zum Zielspiel Baseball               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ein-Zonenball</li> <li>• Goba-Baseball</li> <li>• Goba-Baseball mit „Out“</li> <li>• Goba-Baseball mit „Forced-Unforced-Play“</li> <li>• T-Baseball</li> <li>• Baseball mit „Retouch“</li> <li>• Baseball</li> </ul> </li> <li>• Analytisch-synthetische Methoden bei komplexen Techniken (z.B. Schlagen)</li> <li>• Ganzheitsmethode bei einfachen Techniken (Pitchen, Fangen, Werfen)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regelkunde und Regeländerungen               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Personalregel</li> <li>• Raumregel</li> <li>• Zeitregel</li> <li>• Inventarregel</li> <li>• Handlungsregel</li> </ul> </li> <li>• Baseball-Taktiken               <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Stealing“</li> <li>• „Forced-Unforced-Play“</li> <li>• Base-Verteidigung</li> <li>• Pitcharten</li> </ul> </li> <li>• Technikbeschreibungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Baseballtechniken               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pitchen</li> <li>• Schlagen</li> <li>• Fangen</li> <li>• Werfen</li> </ul> </li> <li>• Umsetzung individual- und gruppentaktischer Maßnahmen</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Qualität der Bewegungsausführung</li> <li>• Umsetzung von taktischen Maßnahmen</li> </ul> <p>punktuell:</p>

<b>Jahrgangsstufe: Q1</b>	<b>Dauer des UV: 18-21</b>	<b>Vernetzung mit UV: 2, 7, 10</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 4</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>  Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne:</b>  BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder:</b>  Leistung (d) Gesundheit (f) Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>  Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

### Thema des UV:

„Der Erfolg zeigt sich langfristig“ – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung

### Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- GK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

#### Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.
- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern
- GK SK f.2: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.

#### Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)
- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

#### Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: „Der Erfolg zeigt sich langfristig“** – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuelle Erstellung eines Trainingsplans...</li> <li>• Lauftagebuch (Portfolio)</li> <li>• gesundheitsorientiert vs. leistungsorientiert</li> <li>• altersangemessen</li> <li>• progressive Belastungssteigerung</li> <li>• unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen...</li> <li>• physiologische Anpassungserscheinungen nach sportlicher Belastung</li> <li>• Trainingsprinzipien</li> <li>• Trainingsmethoden</li> <li>• Energiebereitstellung</li> <li>• mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erstellung eines Trainingstagebuchs               <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterrichtsbegleitendes Lauftagebuch (Portfolio)                   <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pretest</li> <li>• physiologische Parameter (Pulsfrequenzen, Atemfrequenzen)</li> </ul> </li> <li>• Protokoll der Ausdauerbelastungen</li> <li>• Posttest</li> </ul> </li> <li>• Gruppenarbeit zu Trainingsmethoden (Theorie + Praxis)               <ul style="list-style-type: none"> <li>• extensive Dauermethode</li> <li>• intensive Dauermethode</li> <li>• extensive Intervallmethode</li> <li>• intensive Intervallmethode</li> </ul> </li> <li>• spielerische Formen des Ausdauertrainings</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportphysiologie               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Energiebereitstellung</li> <li>• physiologische Anpassungserscheinungen nach sportlicher Belastung</li> </ul> </li> <li>• Trainingslehre               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trainingsprinzipien                   <ul style="list-style-type: none"> <li>• Superkompensation</li> <li>• progressive Belastungssteigerung</li> </ul> </li> <li>• Gesundheitsförderung</li> <li>• Periodisierung</li> </ul> </li> <li>• Trainingsmethoden               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dauermethode (extensiv und intensiv)</li> <li>• Intervallmethode (extensiv und intensiv)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lauftechnik</li> <li>• Atemtechnik</li> <li>• Ausdauerleistungstest im Pretest - Posttest-Verfahren (z.B. durch Shuttle Run, Cooper-Test, Conconi-Test)</li> <li>• Zeitschätzläufe</li> <li>• Temposchätzläufe</li> <li>• Orientierungsläufe</li> <li>• Dauertraining</li> <li>• Intervalltraining</li> <li>• Trainingseinheiten zu Hause</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Qualität der Gruppenarbeit</li> <li>• Durchhaltevermögen und Anstrengungsbereitschaft</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauererfolg am Ende des UV - Fokus: gleichmäßiges Lauftempo <u>oder</u> Fokus: absolute Leistung</li> <li>• individuelle Leistungssteigerung im Pretest-Posttest-Verfahren</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: Q1</b>	<b>Dauer des UV: 18-21</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 5</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>  Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne:</b>  BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder:</b>  Kooperation und Konkurrenz (e) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>  Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)	

### Thema des UV:

„Erfolgreich im Angriff“ - Die Bedeutung der koordinativen Fähigkeiten für eine spielgemäße Entwicklung (*tactical games approach*) von Angriffstechniken im Einzel zur Verbesserung der individuelltaktischen Spielfähigkeit

### Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- GK BWK 7.1: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individuelltaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.
- GK BWK 7.3: 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
- GK BWK 7.4: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfvverhalten bewältigen

#### Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.2: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben
- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

#### Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

#### Urteilskompetenz (UK):

## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: „Erfolgreich im Angriff“** - Die Bedeutung der koordinativen Fähigkeiten für eine spielgemäße Entwicklung (*tactical games approach*) von Angriffstechniken im Einzel zur Verbesserung der individualtaktischen Spielfähigkeit

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Bedeutung der koordinativen Fähigkeiten...</li> <li>• Orientierungsfähigkeit</li> <li>• Gleichgewichtsfähigkeit</li> <li>• Kopplungsfähigkeit</li> <li>• Reaktionsfähigkeit</li> <li>• Differenzierungsfähigkeit</li> <li>• Umstellungsfähigkeit</li> <li>• Rhythmisierungsfähigkeit</li> <li>• für eine spielgemäße Entwicklung...</li> <li>• tactical games approach</li> <li>• von Angriffstechniken im Einzel...</li> <li>• Smash</li> <li>• Vorhand Netzdrop</li> <li>• Rückhand Netzdrop</li> <li>• Drive</li> <li>• für eine Verbesserung der individualtaktischen Spielfähigkeit</li> <li>• Flugkurven</li> <li>• Spielfeldaufteilung</li> <li>• Gegner ausspielen</li> <li>• Wechsel der Schlaglänge</li> <li>• Wechsel der Schlagseite</li> <li>• Rückhand des Gegners anspielen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppenarbeit zu koordinativen Fähigkeiten</li> <li>• Übungen entwickeln und vorstellen</li> <li>• Zirkeltraining durchführen</li> <li>• Analytisch-synthetische Methode bei komplexen technischen Anforderungen (z.B. Smash)</li> <li>• Ganzheitsmethode bei einfachen technischen Anforderungen (z.B. Drop, Drive)</li> <li>• Videoanalyse</li> <li>• Partnerkorrektur</li> <li>• Beobachtungsbögen</li> <li>• Bewegungsabläufe in Phasenbildern</li> <li>• Rotations-Spielbetrieb</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Koordinative Fähigkeiten</li> <li>• Orientierungsfähigkeit</li> <li>• Gleichgewichtsfähigkeit</li> <li>• Kopplungsfähigkeit</li> <li>• Reaktionsfähigkeit</li> <li>• Differenzierungsfähigkeit</li> <li>• Umstellungsfähigkeit</li> <li>• Rhythmisierungsfähigkeit</li> <li>• Bedeutung sensorischer Wahrnehmung und Verarbeitung</li> <li>• Technikbeschreibungen</li> <li>• individualtaktische Spielfähigkeit</li> <li>• Flugkurven</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Abwehrtechniken</li> <li>• Smash</li> <li>• Vorhand Netzdrop</li> <li>• Rückhand Netzdrop</li> <li>• Drive</li> <li>• Umsetzung individualtaktischer Maßnahmen</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Qualität der Technikausführung</li> <li>• Qualität der Gruppenarbeit</li> <li>• Umsetzung von taktischen Maßnahmen</li> </ul>
				<p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration in einer 1:1 Spielsituation</li> <li>• Angriffstechniken</li> <li>• taktisches Abwehrverhalten</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: Q2.1</b>	<b>Dauer des UV:12</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 9</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik		<b>Inhaltliche Kerne:</b> alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	
<b>Inhaltsfelder</b> Kooperation und Wettkampf – Fairness und Aggression im Sport(e) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibensv(f)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Fairness und Aggression im Sport (e) Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)	

**Thema des UV:**

**Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste** – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können

**Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

**BWK:**

- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten. BWK 3.4

**Sachkompetenz (SK):**

**Methodenkompetenz (MK):**

**Urteilskompetenz (UK):**

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. UK e1
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. UK f1



## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: „Alternative Wettkämpfe - Der Schnellste ist nicht immer der Beste“** - Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
•	•	•	•	unterrichtsbegleitend: •
				punktuell: •

<b>Jahrgangsstufe: Q2</b>	<b>Dauer des UV: 15-18</b>	<b>Vernetzung mit UV: 2, 4, 10</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 7</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>  Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne:</b>  BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder:</b>  Kooperation und Konkurrenz (e) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>  Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e) Wählen Sie ein Element	

### **Thema des UV:**

„**Erfolgreich im Doppel**“ - Vergleich unterschiedlicher Angriffs- und Abwehrformen im Doppel zur Verbesserung der gruppentaktischen Spielfähigkeit unter Berücksichtigung der Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in Wettkampfsituationen

### **Kompetenzerwartungen:**

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

- GK BWK 7.1: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.
- GK BW 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedl. Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden
- Wählen Sie ein Element

#### **Sachkompetenz (SK):**

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- Wählen Sie ein Element

#### **Methodenkompetenz (MK):**

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfbegriffe erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- Wählen Sie ein Element

#### **Urteilskompetenz (UK):**

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.
- Wählen Sie ein Element aus.

## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: „Erfolgreich im Doppel“** - Vergleich unterschiedlicher Angriffs- und Abwehrformen im Doppel zur Verbesserung der gruppentaktischen Spielfähigkeit unter Berücksichtigung der Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in Wettkampfsituationen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vergleich unterschiedlicher Angriffs- und Abwehrformen im Doppel...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nebeneinander</li> <li>• Hintereinander</li> <li>• Mixed-Aufstellung</li> </ul> </li> <li>• zur Verbesserung der gruppentaktischen Spielfähigkeit...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielfeldaufteilung</li> <li>• Aufgabenverteilung</li> <li>• Kommunikation</li> <li>• individuelle Stärken und Schwächen nutzen</li> <li>• Regelkunde bzw. Regeländerungen</li> </ul> </li> <li>• unter Berücksichtigung der Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in Wettkampfsituationen               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportethik</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• induktive Methode für den Vergleich unterschiedlicher Angriffs- und Abwehrformen im Doppel</li> <li>• Rotations-Spielbetrieb</li> <li>• Fachzeitschriften-Artikel als Grundlage einer Diskussion zu Fairness- und Konkurrenzprinzipien in Wettkampfsituationen               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Das taktische Foul in Sportsportarten</li> <li>• unerlaubte Leistungssteigerung</li> <li>• Aggressionen im Breitensport</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vor- und Nachteile unterschiedlicher Angriffs- und Abwehrformen               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nebeneinander</li> <li>• Hintereinander</li> <li>• Mixed</li> </ul> </li> <li>• Sportethik               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fairness</li> <li>• Konkurrenz</li> <li>• Aggressionen</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Angriffs- und Abwehrformen               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nebeneinander</li> <li>• Hintereinander</li> <li>• Mixed</li> </ul> </li> </ul>	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Qualität der Technikausführung</li> <li>• Umsetzung von taktischen Maßnahmen</li> </ul>
				punktuell: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration der Spielfähigkeit im Doppel in unterschiedlichen Angriffs- und Abwehrformationen</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: Q2</b>	<b>Dauer des UV: 15-18</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 8</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>  Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne:</b>  BF/SB 5: Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder:</b>  Wagnis und Verantwortung (c) Bewegungsgestaltung (b) Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>  Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c) Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b) Wählen Sie ein Element	

### **Thema des UV:**

„**Akrobatische Weltreise**“ - Gestaltung einer gruppenakrobatischen Präsentation aus statischen Figuren und dynamischen Übergängen unter Berücksichtigung der Ambivalenz von Wagnis und Verantwortung

### **Kompetenzerwartungen:**

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

- GK BWK 5.3: Die Schülerinnen und Schüler können am Boden eine Partnerkür mit akrobatischen Elementen unter Berücksichtigung von Ausführungs- und Gestaltungskriterien präsentieren
- GK BWK 5.5: Die Schülerinnen und Schüler können Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden
- Wählen Sie ein Element

#### **Sachkompetenz (SK):**

- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- GK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

#### **Methodenkompetenz (MK):**

- GK MK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden.
- Wählen Sie ein Element

#### **Urteilskompetenz (UK):**

- GK UK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen.
- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: „Akrobatische Weltreise“** - Gestaltung einer gruppenakrobatischen Präsentation aus statischen Figuren und dynamischen Übergängen unter Berücksichtigung der Ambivalenz von Wagnis und Verantwortung

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung einer gruppenakrobatischen Präsentation aus statischen Figuren...</li> <li>• Nachbildung von 4 berühmten Sehenswürdigkeiten als akrobatische Pyramide</li> <li>• und dynamischen Übergängen...</li> <li>• turnerische Elemente, z.B.               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rollen</li> <li>• Rad</li> </ul> </li> <li>• tänzerische Elemente, z.B.               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprünge</li> <li>• Schrittfolgen</li> <li>• Grätschsitz</li> <li>• Hop</li> <li>• Teller</li> </ul> </li> <li>• akrobatische Elemente, z.B.               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rückwärtssalto zu dritt</li> <li>• Schaukelsalto rückwärts</li> <li>• Laufsalto vorwärts zu dritt</li> <li>• Zug-Flic-Flac</li> <li>• Zug-Salto rückwärts</li> </ul> </li> <li>• unter Berücksichtigung der Ambivalenz von Wagnis und Verantwortung               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherungs- und Hilfestellungen</li> <li>• Handgriffe und Stützflächen</li> <li>• individuelle Stärken und Schwächen für eine Aufgabenverteilung nutzen</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• induktive Lernmethode für die Entwicklung von Handgriffen und Stützflächen</li> <li>• Gruppenarbeit zur Gestaltung einer gruppenakrobatischen Präsentation               <ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 statische Pyramiden</li> <li>• dynamische Übergänge zwischen den Pyramiden</li> </ul> </li> <li>• Sicherungs-, Aufbau- und Abbauhilfen einüben</li> <li>• Gestaltungskriterien für die Präsentation und Bewertung erläutern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheitsaspekte im Rahmen der eigenen Leistungsfähigkeit</li> <li>• Handgriffe und Stützflächen</li> <li>• Sicherungs-, Aufbau- und Abbauhilfen</li> <li>• Gestaltungskriterien               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Raum</li> <li>• Zeit</li> <li>• Dynamik</li> </ul> </li> <li>• formaler Aufbau</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• statische Pyramiden</li> <li>• dynamische Übergänge</li> <li>• Handgriffe und Stützflächen</li> <li>• Sicherungs-, Aufbau- und Abbauhilfen</li> </ul>	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Mitarbeit in Gruppenarbeitsphase</li> <li>• Sicherheitsbewusstsein</li> <li>• Qualität der Sicherungs- und Hilfestellungen</li> </ul>
				punktuell: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration einer selbstgestalteten gruppenakrobatischen Präsentation mit 4 statischen Pyramiden und dynamischen Übergängen anhand von festgelegten Kriterien</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: Q2</b>	<b>Dauer des UV: 12-15</b>	<b>Vernetzung mit UV: 1, 6</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 9</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>  Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne:</b>  BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder:</b>  Leistung (d) Gesundheit (f) Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>  Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Wählen Sie ein Element	

#### **Thema des UV:**

„**Die Leichtathletik-Abschlussprüfung**“ - Organisation und Durchführung eines Leichtathletik-Mehrkampfes, bestehend aus je einer Lauf-, Ausdauer-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin

#### **Kompetenzerwartungen:**

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

- GK BWK 3.2: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (inkl. 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen
- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element

##### **Sachkompetenz (SK):**

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- Wählen Sie ein Element

##### **Methodenkompetenz (MK):**

- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.
- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

##### **Urteilskompetenz (UK):**

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.
- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: „Die Leichtathletik-Abschlussprüfung“** - Organisation, Vorbereitung und Durchführung eines Leichtathletik-Mehrkampfes, bestehend aus je einer Lauf-, Ausdauer-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organisation...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Festlegung der Disziplinen</li> <li>• Regelkunde</li> <li>• Messtechniken</li> <li>• Zeitabläufe</li> <li>• Kampfrichter</li> </ul> </li> <li>• Vorbereitung...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• individuelle Wettkampfvorbereitung (im Unterricht)</li> <li>• individueller Trainingsplan (zu Hause)</li> <li>• Ernährung</li> </ul> </li> <li>• und Durchführung...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Druckbedingungen</li> </ul> </li> <li>• eines Leichtathletik-Mehrkampfes, bestehend aus je einer Lauf-, Ausdauer-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lauf: 100 m, 200 m <u>oder</u> 400 m</li> <li>• Ausdauer:                   <ul style="list-style-type: none"> <li>• ♀ 800 m <u>oder</u> 3000 m</li> <li>• ♂ 1500 m <u>oder</u> 5000 m</li> </ul> </li> <li>• Wurf/Stoß: Speer <u>oder</u> Kugel</li> <li>• Sprung: Weit <u>oder</u> Hoch</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• individuelle Wettkampfvorbereitung im Unterricht (sofern Sicherheitsrisiken, nur in Anwesenheit der Lehrkraft)</li> <li>• individueller Trainingsplan für zu Hause (Rückbezug auf Übungskatalog aus UV 1)</li> <li>• fakultativ: Kurzreferate zu Ernährung und Sport</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Koordinations-Anforderungs-Regler (nach Neumaier)               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präzisionsdruck</li> <li>• Zeitdruck</li> <li>• Komplexitätsdruck</li> <li>• Situationsdruck</li> <li>• Belastungsdruck</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• leichtathletische Disziplinen               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lauftechnik (Sprint)</li> <li>• Starttechnik (Sprint)</li> <li>• Lauftechnik (Ausdauer)</li> <li>• Lauftaktik (Ausdauer)</li> <li>• Speerwurf <u>oder</u> Kugelstoß</li> <li>• Weitsprung <u>oder</u> Hochsprung</li> </ul> </li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Qualität der Bewegungsausführung</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leichtathletik-Mehrkampf, bestehend aus je einer Lauf-, Ausdauer-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin (normierte Leistungstabelle)</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: Q2</b>	<b>Dauer des UV: 12-15</b>	<b>Vernetzung mit UV: 2, 4, 7</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 10</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>  Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne:</b>  BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder:</b>  Kooperation und Konkurrenz (e) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>  Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Wählen Sie ein Element Wählen Sie ein Element	

### **Thema des UV:**

„**Die Badminton Abschlussprüfung**“ - Entwicklung, Organisation, Durchführung und Reflexion alternativer Badminton Spiel- und Turnierformen im Einzel und Doppel

### **Kompetenzerwartungen:**

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

- GK BWK 7.5: Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen
- GK BW 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedl. Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden
- Wählen Sie ein Element

#### **Sachkompetenz (SK):**

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- Wählen Sie ein Element

#### **Methodenkompetenz (MK):**

- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element

#### **Urteilskompetenz (UK):**

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.
- Wählen Sie ein Element aus.



## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: „Die Badminton Abschlussprüfung“** - Entwicklung, Organisation, Durchführung und Reflexion alternativer Badminton Spiel- und Turnierformen im Einzel und Doppel

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Entwicklung, Organisation, Durchführung...</li> <li>neu entwickelte Spielformen, z.B.               <ul style="list-style-type: none"> <li>3 : 3</li> <li>3 Kontakte im Doppel</li> <li>2 Bälle im Doppel</li> <li>Badminton Tennis</li> </ul> </li> <li>etablierte Spielformen, z.B.               <ul style="list-style-type: none"> <li>Mixed-Doppel</li> <li>Chinesisches-Doppel</li> <li>Englisches-Doppel</li> <li>Rundlauf</li> </ul> </li> <li>Turnierformen, z.B.               <ul style="list-style-type: none"> <li>Rotationsturnier</li> <li>Kaiserturnier</li> <li>Endlosturnier</li> <li>Hauptrunde + KO</li> </ul> </li> <li>und Reflexion alternativer Badminton Spiel- und Turnierformen im Einzel und Doppel               <ul style="list-style-type: none"> <li>Regeländerungen</li> <li>Schwierigkeitsgrad</li> <li>Bewegungs- und Pausenzeiten</li> <li>Kompetenzen</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gruppenarbeit zu alternativen Badminton Spiel- oder Turnierform               <ul style="list-style-type: none"> <li>Spiel- oder Turnierform entwickeln</li> <li>dem Kurs vorstellen</li> <li>durchführen</li> </ul> </li> <li>Kriterien für eine gelungene Spiel- oder Turnierform festlegen               <ul style="list-style-type: none"> <li>Innovation</li> <li>hohe Bewegungszeit</li> <li>Gleichberechtigung</li> <li>leichter Zugang</li> </ul> </li> <li>Reflexion der Spiel- oder Turnierformen anhand festgelegter Kriterien</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Regelkunde und Möglichkeiten der Regeländerung               <ul style="list-style-type: none"> <li>Personalregel</li> <li>Raumregel</li> <li>Zeitregel</li> <li>Inventarregel</li> <li>Handlungsregel</li> </ul> </li> <li>Kriterien zur Beurteilung der Spiel- oder Turnierform               <ul style="list-style-type: none"> <li>Innovation</li> <li>hohe Bewegungszeit</li> <li>Gleichberechtigung</li> <li>leichter Zugang</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>alternative Spiel- oder Turnierformen               <ul style="list-style-type: none"> <li>neu entwickelte Spielformen, z.B.                   <ul style="list-style-type: none"> <li>3 : 3</li> <li>3 Kontakte im Doppel</li> <li>2 Bälle im Doppel</li> </ul> </li> <li>Badminton Tennis</li> </ul> </li> <li>etablierte Spielformen, z.B.               <ul style="list-style-type: none"> <li>Mixed-Doppel</li> <li>Chinesisches-Doppel</li> <li>Englisches-Doppel</li> <li>Rundlauf</li> </ul> </li> <li>Turnierformen, z.B.               <ul style="list-style-type: none"> <li>Rotationsturnier</li> <li>Kaiserturnier</li> <li>Endlosturnier</li> <li>Hauptrunde + KO</li> </ul> </li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>Mitarbeit in Gruppenarbeitsphase</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Qualität des Produkts der Gruppenarbeit anhand festgelegter Kriterien</li> </ul>

### Kursprofil 3: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 33f):

- leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)

alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

- Mannschaftsspiele (**Handball**)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (**Flag-Football**)

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q1.1	UV 1	<b>Was kann ich? – Stärken und Schwächen erkennen</b> – In Gruppen unterschiedliche Grundlagen des Handballspiels erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 2	<b>Erfolgreich in der Abwehr</b> - Spielgemäße Entwicklung ( <i>tactical games approach</i> ) von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 3	„ <b>Wie werde ich besser?</b> “ Ausgewählte leichtathletischen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren, um die individuelle Leistungsfähigkeit zu verbessern ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	Freiraum	ca. 6-15 Unterrichtsstunden
Q1.2	UV 4	<b>Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen</b> – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen durch die eigenständige Entwicklung eines kleinen handballspezifischen Sportspiels ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 5	<b>Kein Fitness-Workout ohne uns</b> – Ein Fitnessworkout gestalten und mit Bühnenauf- und -abgang präsentieren ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	UV 6	<b>Alles im grünen Bereich</b> – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern. ca. 15-18 Unterrichtsstunden
	Freiraum	ca. 6-15 Unterrichtsstunden
Q2.1	UV 7	<b>Unterschiedliche Deckungssysteme im Handball</b> – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken, um die Deckung zu verbessern ca. 6-12 Unterrichtsstunden
	UV 8	<b>FlagFootball – Vom Ball zum Ei</b> – Erprobung einer bereits noch nicht allgemein bekannten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen ca. 6-12 Unterrichtsstunden
	UV 9	<b>Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste</b> – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter

		Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können ca. 6-12 Unterrichtsstunden
	<b>UV 10</b>	<b>Als Mannschaft zum Erfolg</b> – Kooperative Vermittlung ausgewählter Angriffstaktiken zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit ca. 12-15 Unterrichtsstunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 6-15 Unterrichtsstunden
<b>Q2.2</b>	<b>UV 11</b>	<b>Die Leichtathletik-Abschlussprüfung</b> Organisation und Durchführung eines Leichtathletik-Mehrkampfes, bestehend aus je einer Lauf-, Ausdauer-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin ca. 12-15 Unterrichtsstunden
	<b>UV 12</b>	<b>Handball-Turnier</b> – Individuelle Verbesserung im Angriff und in der Abwehr mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung ca. 12-15 Unterrichtsstunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 3-6 Unterrichtsstunden
	<b>Parallel</b>	Wiederholung und Vertiefung theoretischer Inhalte zur Vorbereitung auf die theoretische Prüfung
letzter Schultag		

**Die Konkretisierungen mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen befinden sich im Folgenden.**

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UV: 15-18	Vernetzung mit UV: 2, 7, 9, 11	Laufende Nummer des UV: 1
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1) Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder</b> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d) Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Wählen Sie ein Element Wählen Sie ein Element	

#### Thema des UV:

**Was kann ich? – Stärken und Schwächen erkennen** – In Gruppen unterschiedliche Grundlagen des Handballspiels erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten

#### **Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

##### **BWK:**

- GK BWK 7.3: 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
- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element

##### **Sachkompetenz (SK):**

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- Wählen Sie ein Element

##### **Methodenkompetenz (MK):**

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- Wählen Sie ein Element

##### **Urteilskompetenz (UK):**

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV (Q1.1 – 1): „Was kann ich? – Stärken und Schwächen erkennen – In Gruppen unterschiedliche Grundlagen des Handballspiels erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten“**

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• vom Einfachen zum Komplexen</li> <li>• Zergliederung der unterschiedlichen Fertigkeiten im Hinblick auf die Basis-Technik-Anforderungen im Handball               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Werfen und Zielen</li> <li>2. Fangen und Passen</li> <li>3. Dribbeln</li> </ol> </li> <li>• Anforderungsprofil sportartspezifisch erstellen</li> <li>• Kennenlernen eines normungebundenen Leistungsdiagnostiktests</li> <li>• Entwicklung eines Leistungsdiagnostiktests</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teillernmethode</li> <li>• Stationstraining</li> <li>• kleine Spiele zur Anwendung der Fertigkeiten</li> <li>• Selbst- und Fremdbeobachtungen</li> <li>• Erprobung der Leistungsdiagnostiktests</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsmerkmale</li> <li>• Stemmwurf</li> <li>• Fangen und Passen</li> <li>• Dribbeln</li> <li>• Leistungsdiagnostiktest</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stemmwurf</li> <li>• Fangen und Passen</li> <li>• Dribbeln</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniküberprüfung Stemmwurf</li> <li>• Erstellung eines Leistungsdiagnostiktests</li> </ul>	

<b>Jahrgangsstufe: Q1.1</b>	<b>Dauer des UV: 15-18</b>	<b>Vernetzung mit UV: 1, 7, 9, 11</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 2</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder</b> Kooperation und Konkurrenz (e) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e) Wählen Sie ein Element	

#### **Thema des UV:**

**Erfolgreich in der Abwehr** – Spielgemäße Entwicklung (tactical games approach) von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten

#### **Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

##### **BWK:**

- GK BWK 7.1: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.
- GK BW 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedl. Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden

##### **Sachkompetenz (SK):**

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

##### **Methodenkompetenz (MK):**

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

##### **Urteilskompetenz (UK):**

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV (Q1.1 – 2): „Erfolgreich in der Abwehr – Spielgemäße Entwicklung (tactical games approach) von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten“**

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fairness beim Körperkontakt</li> <li>• Handball-Regeln und -Positionen (mit Fokus auf Abwehr und Fairness)</li> <li>• Bewegungsmerkmale in der Abwehr               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Schulter-Hüft-Griff</li> <li>2. 1:1</li> </ol> </li> <li>• Beinarbeit</li> <li>• Handball im 4:4</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teillernmethode</li> <li>• Stationstraining</li> <li>• Methodische Übungsreihen</li> <li>• Partnerübungen</li> <li>• kleine Spiele zur Anwendung der Fertigkeiten (z.B. Matte bewachen, Mattenball)</li> <li>• Selbst- und Fremdbeobachtungen</li> <li>• Turnierformen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Handball-Regeln und -Positionen</li> <li>• Fairness</li> <li>• Verletzungsrisiken bei regelwidrigen Handlungen</li> <li>• Vor- und Nachteile der verschiedenen Deckungssysteme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• faires Abwehrverhalten</li> <li>• Übernahme der Schiedsrichterfunktion</li> <li>• Erprobung verschiedener Deckungssysteme</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beachtung der Regeln mit Fokus auf Fairness und Verletzungsprävention (durch Regeleinhaltung)</li> <li>• Anwendung des Schulter-Hüft-Griffs</li> <li>• Spielregeln</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übernahme der Spielleiter/Schiedsrichterfunktion</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: Q1</b>	<b>Dauer des UV: 15-18</b>	<b>Vernetzung mit UV: 6, 9</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 3</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>  Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne:</b>  BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder:</b>  Leistung (d) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>  Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Wählen Sie ein Element	

### **Thema des UV:**

„**Wie werde ich besser?**“ - Ausgewählte leichtathletischen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren, um die individuelle Leistungsfähigkeit zu verbessern

### **Kompetenzerwartungen:**

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

- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren
- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element

#### **Sachkompetenz (SK):**

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

#### **Methodenkompetenz (MK):**

- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element



## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: „Wie werde ich besser?“** - Ausgewählte leichtathletischen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren, um die individuelle Leistungsfähigkeit zu verbessern

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausgewählte leichtathletische Disziplinen...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lauf: 100 m <u>oder</u> 400 m</li> <li>• Wurf/Stoß: Speer <u>oder</u> Kugel</li> <li>• Sprung: Weit <u>oder</u> Hoch</li> </ul> </li> <li>• in Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zusammenhang zwischen Struktur und Funktion von Bewegungen</li> <li>• Phasenstruktur</li> <li>• Biomechanik</li> </ul> </li> <li>• um die individuelle Leistungsfähigkeit zu verbessern               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungskatalog für Heimtraining                   <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprint: z.B. Lauf-ABC</li> <li>• Wurf/Stoß: z.B. Schockwürfe</li> <li>• Sprung: z.B. Sprung-ABC</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analytisch-synthetische Methode bei komplexen technischen Anforderungen (z.B. Speer, Kugel, Hoch)</li> <li>• Ganzheitsmethode bei einfachen technischen Anforderungen (z.B. Sprint-Start, Lauftechnik, Weit)</li> <li>• Videoanalyse</li> <li>• Partnerkorrektur</li> <li>• Beobachtungsbögen</li> <li>• Bewegungsabläufe in Phasenbildern</li> <li>• Lehrvideos über biomechanische Prinzipien in leichtathletischen Disziplinen (z.B. Im Körper der Topathleten - Hochsprung)</li> <li>• fakultativ: Kurzreferate über biomechanische Prinzipien in leichtathletischen Disziplinen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Technikbeschreibungen</li> <li>• Phasenstruktur               <ul style="list-style-type: none"> <li>• zyklische und azyklische Bewegungen</li> <li>• Vorbereitungs-, Haupt- und Endphase</li> </ul> </li> <li>• Grundlagen der Biomechanik               <ul style="list-style-type: none"> <li>• optimaler Beschleunigungsweg (z.B. Weit)</li> <li>• Anfangskraft (z.B. Speer, Kugel)</li> <li>• Koordination von Teilimpulsen (z.B. Hoch)</li> <li>• Gegenwirkung (z.B. Weit)</li> <li>• Impulserhaltung (z.B. Kugel)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• leichtathletische Techniken               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprint-Start</li> <li>• Lauftechnik</li> <li>• Speerwurf <u>oder</u> Kugelstoß</li> <li>• Weitsprung <u>oder</u> Hochsprung</li> </ul> </li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Qualität der Technikausführung</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik-Demonstration der ausgewählten leichtathletischen Disziplinen</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: Q1.3</b>	<b>Dauer des UV: 15-18</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 4</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<i>Inhaltsfelder</i> Kooperation und Konkurrenz (e) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus		<i>Inhaltliche Schwerpunkte</i> Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Wählen Sie ein Element Wählen Sie ein Element	

**Thema des UV:**

**Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen** – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen durch die eigenständige Entwicklung eines kleinen handballspezifischen Sportspiels

**Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

**BWK:**

- GK BWK 7.5: Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

**Sachkompetenz (SK):**

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- Wählen Sie ein Element

**Methodenkompetenz (MK):**

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregele erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- Wählen Sie ein Element

**Urteilskompetenz (UK):**

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV (Q1.2 – 4): „Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen durch die eigenständige Entwicklung eines kleinen handballspezifischen Sportspiels“**

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organisation von kleinen Spielen</li> <li>• verschiedene kleine Spiele auf ihren Anforderungscharakter und Zielsetzung untersuchen</li> <li>• Entwicklung von Kriterien für gelungene Spiele</li> <li>• Reduktion der Regeln großer Sportspiele im Hinblick auf Umsetzbarkeit im Schulsport</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einzel-, Partner- und Gruppenspiele</li> <li>• Zielspiele</li> <li>• Glücksspiele</li> <li>• Ausdauerspiele</li> <li>• kleine Sportspiele (z.B. Mini-Handball)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regelreduktion</li> <li>• Bedeutung der Regeln</li> <li>• eigene Regeln kritisch beurteilen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzbarkeit reduzierter Regeln erproben</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entwicklung, Anleitung und Durchführung eines neu-erfundene kleinen Spiels</li> </ul>

Jahrgangsstufe: Q1.2	Dauer des UV: 15-18	Vernetzung mit UV: 3, 10	Laufende Nummer des UV: 5
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1) Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik BF/SB 5: Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen Wählen Sie ein Element aus	
<i>Inhaltsfelder</i> Bewegungsgestaltung (b) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus		<i>Inhaltliche Schwerpunkte</i> Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b) Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b) Wählen Sie ein Element	

**Thema des UV:**

**Kein Fitness-Workout ohne uns** – Ein Fitnessworkout gestalten und mit Bühnenauf- und -abgang präsentieren

**Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

**BWK:**

- GK BWK 1.3: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.
- GK BWK 6.1: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren
- GK BWK 6.4: Die Schülerinnen und Schüler können Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns - insbesondere der Improvisation - nutzen

**Sachkompetenz (SK):**

- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

• Wählen Sie ein Element

**Methodenkompetenz (MK):**

- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.

• Wählen Sie ein Element

**Urteilskompetenz (UK):**

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV (Q1.2 – 5): „Kein Fitness-Workout ohne uns – Ein Fitnessworkout gestalten und mit Bühnenauf- und -abgang präsentieren“**

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennenlernen/Erweiterung von aerobicspezifischen Schrittmustern</li> <li>• Kennenlernen von Akrobatikübergängen</li> <li>• Kennenlernen der Gestaltungskriterien Raum, Zeit, Dynamik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Partner und Gruppenarbeit</li> <li>• Improvisation, Variation</li> <li>• Komposition von Bewegungsfolgen</li> <li>• Präsentationsarten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltungskriterien</li> <li>• Rhythmisierung</li> <li>• Synchronität</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Handgeräte: verschiedene Bälle werfen, prellen, fangen und rollen</li> <li>• Aerobicsteps</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation und gegenseitige Beurteilung bezüglich Qualität, Originalität, Schwierigkeitsgrad, Synchronität und Rhythmisierung</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Choreographieaufführung in der Gruppe</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: Q1.2</b>	<b>Dauer des UV: 15-18</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 6</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)	
<b>Inhaltsfelder</b> Leistung (d) Gesundheit (f) Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d) Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

#### **Thema des UV:**

**Alles im grünen Bereich** – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer im Handball (z.B. Laufen und Radfahren) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern.

#### **Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

##### **BWK:**

- GK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

##### **Sachkompetenz (SK):**

- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern
- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

##### **Methodenkompetenz (MK):**

- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.
- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

##### **Urteilskompetenz (UK):**

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV (Q1.2 – 6): „Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer im Handball (z.B. Laufen und Radfahren) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern.“**

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gesundheitsorientiert und/oder leistungsorientiert</li> <li>• altersangemessene, progressive Belastungssteigerung</li> <li>• Individualisierung des Lauftempos über unterschiedliche Trainingsmethoden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppenarbeitsphasen zu Trainingsmethoden und spielerischen Formen des Ausdauertrainings</li> <li>• Demonstration nach Bewegungsaufgaben durch Schülerinnen</li> <li>• Demonstration auch durch die Lehrkraft</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anpassung</li> <li>• Training</li> <li>• Belastungsnormative</li> <li>• Gesetzmäßigkeiten bei der Planung von Ausdauertraining</li> <li>• Energiebereitstellung (aerob, anaerob-alaktazid, anaerob-laktazid, anaerobe Schwelle,</li> <li>• Trainingsprinzipien (u.a. Superkompensation und Homöostase, Trainingswirksamer Reiz, progressive Belastungssteigerung</li> <li>• Ausdauertrainingsmethoden (u.a. Dauer-, Intervallmethode)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauerterst (2x)</li> <li>• Trainingseinheiten zu Hause</li> <li>• Zeitschätzläufe</li> <li>• Orientierungslauf</li> <li>• Temposchätzläufe</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sonstige Mitarbeit z.B. insbesondere aktive Beteiligung in Gesprächsphasen, Erarbeitung der Theorieinhalte, Trainingstagebuch mit selbstständig entwickeltem Trainingsplan</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauerterst am Ende des UVs unter besonderer Berücksichtigung eines gleichmäßigen Lauftempos (Zeit-/Distanzschätzlauf) oder wett-kampforientiert</li> <li>• Ggf. Klausur oder Fachpraktische Prüfung</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: Q1.2</b>	<b>Dauer des UV: 15-18</b>	<b>Vernetzung mit UV: 1, 2, 9, 11</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 7</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder</b> Kooperation und Konkurrenz (e) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e) Wählen Sie ein Element	

#### **Thema des UV:**

**Unterschiedliche Deckungssysteme im Handball** – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken, um die Deckung zu verbessern

#### **Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

##### **BWK:**

- GK BWK 7.1: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

##### **Sachkompetenz (SK):**

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- Wählen Sie ein Element

##### **Methodenkompetenz (MK):**

- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- Wählen Sie ein Element

##### **Urteilskompetenz (UK):**

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.



## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV (Q2.1 – 7): „Unterschiedliche Deckungssysteme im Handball – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken, um die Deckung zu verbessern“**

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennenlernen unterschiedlicher Deckungssysteme               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Manndeckung</li> <li>2. Raumdeckung (Zweilini-Abwehr, z.B. 1:5, 3:2:1)</li> </ol> </li> <li>• Bewegungsmerkmale des Sprungwurfs</li> <li>• Abwehr gegen einen Sprungwurf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stationsarbeit</li> <li>• methodische Übungsreihen</li> <li>• Reaktionsspiele</li> <li>• Partnerarbeit</li> <li>• Video</li> <li>• evtl. Besuch eines Bundesliga-Spiels</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agieren und Reagieren</li> <li>• Abwehr gegen einen Sprungwurf</li> <li>• Körpertäuschungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Finten in Angriff und Abwehr</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• </li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technikdemonstration Sprungwurf (Angriff und Abwehr)</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: Q2.1</b>	<b>Dauer des UV: 15-18</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 8</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<i>Inhaltsfelder</i> Kooperation und Konkurrenz (e) Kooperation und Konkurrenz (e) Wählen Sie ein Element aus		<i>Inhaltliche Schwerpunkte</i> Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e) Wählen Sie ein Element	

#### **Thema des UV:**

**FlagFootball – Vom Ball zum Ei** – Erprobung einer bereits noch nicht allgemein bekannten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen

#### **Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

##### **BWK:**

- GK BWK 7.6: Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen
- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element

##### **Sachkompetenz (SK):**

- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern
- Wählen Sie ein Element

##### **Methodenkompetenz (MK):**

- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- Wählen Sie ein Element

##### **Urteilskompetenz (UK):**

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV (Q2.1 – 8): „**FlagFootball – Vom Ball zum Ei** – Erprobung einer bereits noch nicht allgemein bekannten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einführung/ Vertiefung der grundlegenden Techniken und Fertigkeiten</li> <li>• Erproben von unterschiedlichen Lauf Routinen</li> <li>• Einfache Lauf- und Passspiele erarbeiten und durchführen</li> <li>• Lauf-, Passspiel</li> <li>• Regeln</li> <li>• Offensive, Defensive</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stationsbetrieb</li> <li>• Gruppenarbeit</li> <li>• Regelanpassung</li> <li>• Individuelles Üben von Bewegungsabläufen (vom Einfachen zum Komplexen)</li> <li>• Differenzierung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Center, Quarterback, Running back, Receiver</li> <li>• Touch down</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Techniken: Passen, Fangen, Laufen mit Ball, Flagge abreißen</li> <li>• Lauf Routinen: Fly, Out, Corner, Curl,..</li> <li>• Spielzüge</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniktest</li> <li>• Taktikdemonstrationen</li> </ul>

## Laufen, springen, werfen - Leichtathletik (Q2.1)

<b>Jahrgangsstufe: Q2.1</b>	<b>Dauer des UV:12</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 9</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik		<b>Inhaltliche Kerne:</b> alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	
<b>Inhaltsfelder</b> Kooperation und Wettkampf – Fairness und Aggression im Sport(e) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibensv(f)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Fairness und Aggression im Sport (e) Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)	

### **Thema des UV:**

**Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste** – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können

### **Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

#### **BWK:**

- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten. BWK 3.4

#### **Sachkompetenz (SK):**

#### **Methodenkompetenz (MK):**

#### **Urteilskompetenz (UK):**

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. UK e1
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. UK f1

## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste** – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter

Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können

Didaktische Entscheidungen	Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
			Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	

<b>Jahrgangsstufe: Q2.1</b>	<b>Dauer des UV: 15-18</b>	<b>Vernetzung mit UV: 1, 2, 7, 11</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 10</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder</b> Kooperation und Konkurrenz (e) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)	

### **Thema des UV:**

**Als Mannschaft zum Erfolg** – Kooperative Vermittlung ausgewählter Angriffstaktiken zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit

### **Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

#### **BWK:**

- GK BWK 7.1: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.
- GK BWK 7.4: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen
- Wählen Sie ein Element

#### **Sachkompetenz (SK):**

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- Wählen Sie ein Element

#### **Methodenkompetenz (MK):**

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfergebnisse erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

#### **Urteilskompetenz (UK):**

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV (Q2.1 – 9): „Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung ausgewählter Angriffstaktiken zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit“**

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Taktische Mittel im Handball: Übertragen bereits gesammelter Erfahrungen in anderen Sportarten</li> <li>• Wiederholung der Spielregeln mit Fokus auf Angriff</li> <li>• Angriffsmöglichkeiten im Spiel 1:1, 2:2, 3:3, 4:4, im Überzahlspiel</li> <li>• Positionsbezogene Angriffsmöglichkeiten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stationsarbeit</li> <li>• methodische Übungsreihen</li> <li>• Gruppenarbeit</li> <li>• Handballspiel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Positionsmerkmale</li> <li>• Funktionale Besetzung der Positionen (z.B. großer starker Werfer auf RL/RR, kleiner schneller Läufer auf LA/RA, usw.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erprobung verschiedener Positionen</li> <li>• selbstständiges Einwechseln beim Spiel</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einhaltung der Spielregeln</li> <li>• Teamgeist</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleingruppenspiel mit eigenem Spielzug</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: Q2</b>	<b>Dauer des UV: 12-15</b>	<b>Vernetzung mit UV: 1, 6</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 11</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>  Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne:</b>  BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder:</b>  Leistung (d) Gesundheit (f) Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>  Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Wählen Sie ein Element	

#### **Thema des UV:**

„**Die Leichtathletik-Abschlussprüfung**“ - Organisation und Durchführung eines Leichtathletik-Mehrkampfes, bestehend aus je einer Lauf-, Ausdauer-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin

#### **Kompetenzerwartungen:**

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

- GK BWK 3.2: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (inkl. 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen
- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element

##### **Sachkompetenz (SK):**

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- Wählen Sie ein Element

##### **Methodenkompetenz (MK):**

- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.
- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

##### **Urteilskompetenz (UK):**

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.
- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.



## Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: „Die Leichtathletik-Abschlussprüfung“** - Organisation, Vorbereitung und Durchführung eines Leichtathletik-Mehrkampfes, bestehend aus je einer Lauf-, Ausdauer-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organisation...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Festlegung der Disziplinen</li> <li>• Regelkunde</li> <li>• Messtechniken</li> <li>• Zeitabläufe</li> <li>• Kampfrichter</li> </ul> </li> <li>• Vorbereitung...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• individuelle Wettkampfvorbereitung (im Unterricht)</li> <li>• individueller Trainingsplan (zu Hause)</li> <li>• Ernährung</li> </ul> </li> <li>• und Durchführung...               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Druckbedingungen</li> </ul> </li> <li>• eines Leichtathletik-Mehrkampfes, bestehend aus je einer Lauf-, Ausdauer-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lauf: 100 m, 200 m <u>oder</u> 400 m</li> <li>• Ausdauer:                   <ul style="list-style-type: none"> <li>• ♀ 800 m <u>oder</u> 3000 m</li> <li>• ♂ 1500 m <u>oder</u> 5000 m</li> </ul> </li> <li>• Wurf/Stoß: Speer <u>oder</u> Kugel</li> <li>• Sprung: Weit <u>oder</u> Hoch</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• individuelle Wettkampfvorbereitung im Unterricht (sofern Sicherheitsrisiken, nur in Anwesenheit der Lehrkraft)</li> <li>• individueller Trainingsplan für zu Hause (Rückbezug auf Übungskatalog aus UV 1)</li> <li>• fakultativ: Kurzreferate zu Ernährung und Sport</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Koordinations-Anforderungs-Regler (nach Neumaier)               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präzisionsdruck</li> <li>• Zeitdruck</li> <li>• Komplexitätsdruck</li> <li>• Situationsdruck</li> <li>• Belastungsdruck</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• leichtathletische Disziplinen               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lauftechnik (Sprint)</li> <li>• Starttechnik (Sprint)</li> <li>• Lauftechnik (Ausdauer)</li> <li>• Lauftaktik (Ausdauer)</li> <li>• Speerwurf <u>oder</u> Kugelstoß</li> <li>• Weitsprung <u>oder</u> Hochsprung</li> </ul> </li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Qualität der Bewegungsausführung</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leichtathletik-Mehrkampf, bestehend aus je einer Lauf-, Ausdauer-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin (normierte Leistungstabelle)</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: Q2.2</b>	<b>Dauer des UV: 12-15</b>	<b>Vernetzung mit UV: 1, 2, 7, 9</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 12</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder</b> Kooperation und Konkurrenz (e) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Wählen Sie ein Element Wählen Sie ein Element	

**Thema des UV:**

**Die Prüfung kommt zum Schluss** – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung

**Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

**BWK:**

- GK BWK 7.3: 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
- GK BWK 7.4: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

• Wählen Sie ein Element

**Sachkompetenz (SK):**

- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element

**Methodenkompetenz (MK):**

- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

**Urteilskompetenz (UK):**

- Wählen Sie ein Element aus.
- Wählen Sie ein Element aus.

**Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung**

**Thema des UV (Q2.2 – 11): „Die Prüfung kommt zum Schluss – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung“**

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wiederholung aller prüfungsrelevanten Inhalte, Techniken und Taktiken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Referate</li> <li>• Taktiktafel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Neu: Tempogegenstoß nach Ballgewinn</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tempogegenstoß nach Ballgewinn als Schnellangriff</li> </ul>	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> <li>• </li> </ul> punktuell: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration des Tempogegenstoßes</li> </ul>

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
4	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Bewegen an Geräten	d - Leistung	a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
			sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF e/b/c/f	

### Kursprofil 1: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 33f):

- leichtathletische Disziplin unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Bewegen an Geräten - Turnen**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 39f):

- Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen
- Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen
- Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen

Q u a r t a l e	Nr. UV	Bezug KE		Thema
		BWK	SK/MK/UK	
Q 1. 1	UV 1	<b>BF 3:</b> BWK 1/2	d: SK1,UK 1  a: SK1, MK1  e: MK1	<b>Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen</b> –In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten
	UV 2	<b>BF 5:</b> BWK 4/5	a: SK3 c: SK1 d: SK1, MK1	<b>Beherrsche deinen Körper!</b> – Individuelle Erarbeitung ausgewählter Elemente im Bodenturnen
	UV 3	<b>BF 5:</b> BWK 3	a: SK2 b: SK1, MK1, UK1	<b>Portaner Zikus</b> – Erarbeitung einer Akrobatik Choreographie in der Kleingruppe
	Frei raum			ca. 9 – 18 Stunden

Q 1. 2	<b>UV 4</b>	<b>BF 3:</b> BWK 3	d: SK1, SK2,MK 2,MK1 f: SK1,UK 1	<b>Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig</b> – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung
	<b>UV 5</b>	<b>BF 5:</b> BWK 1/5	c: MK1 d: SK2, UK1	<b>Wir wagen uns ans Gerät</b> – Präsentation einzelner Elemente des Gerätturnens in einer Gerätelandschaft
	<b>Freiraum</b>			ca.18 - 27 Stunden
Q 2. 1	<b>UV 6</b>	<b>BF 3:</b> BWK 1/2	d: SK1, SK2, UK1 a: SK1, SK2, MK1, UK1	<b>Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung</b> – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern
	<b>UV 7</b>	<b>BF 5:</b> BWK 2	c: SK1, MK1	<b>Turnen mal anders</b> – Bewältigung einer normungebundenen Gerätelandschaft im Parcoursport
	<b>UV 8</b>	<b>BF 3:</b> BWK 4	e: SK1, UK1 f: SK1, MK1, UK1	<b>Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste</b> – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können
	<b>Freiraum</b>			ca. 6 - 15 Stunden
Q 2. 2	<b>UV9</b>	<b>BF 5:</b> BWK 4	a: SK1, UK1 c: MK1	<b>Jetzt wird es ernst I-</b> Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung
	<b>UV 10</b>	<b>BF 3:</b> BWK 1	e: MK1, MK2 a: SK1, UK1	<b>Jetzt wird es ernst II-</b> Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung
	<b>Freiraum</b>			ca. 3 - 9 Stunden
	<b>Parallel</b>			<b>Wiederholung und Vertiefung theoretischer Inhalte</b> zur Vorbereitung auf die theoretische Prüfung
Letzter Schultag				

Die Konkretisierungen mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen befinden sich im Folgenden.

## Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (Q1.1)

<b>Jahrgangsstufe: Q1.1</b>	<b>Dauer des UV:16</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 1</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/ SB 3)		<b>Inhaltliche Kerne:</b> Leichtathletische Disziplinenunter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf und Stoß IK1	
<b>Inhaltsfelder:</b> Leistung (d) (d) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> Trainingsplanung und Organisation (d1) Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d2) Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a1)	

### Thema des UV:

Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen-In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene

### Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren. (BWK 3.1)
- einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen. (BWK 3.2)

#### Sachkompetenz (SK):

- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern. (SK d1)
- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK a1)

#### Methodenkompetenz (MK):

- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden. (MK a1)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden. (MK e1)

#### Urteilskompetenz (UK):

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen. (UK d1)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen** - In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Anforderungsprofile von Sprint, Sprung, Ausdauer- und Wurfdisziplinen erstellen</li> <li>Steigerungsläufe</li> <li>Tiefstart</li> <li>Sprungvarianten</li> <li>Kugelstoßtechniken</li> <li>Wdh. Muskelaufbau und Muskelfunktion</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Teillernmethode</li> <li>Stationentraining</li> <li>Partnerbeobachtung</li> <li>Videofeedback/Analyse</li> <li>Bewegungsreihen</li> <li>Methodische Übungsreihen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bewegungsmerkmale des Sprints, Weitsprunges, Kugelstoßes benennen</li> <li>Kenntnisse über angemessene Kleidung</li> <li>Kenntnisse über die Wettkampfbestimmungen der einzelnen Disziplinen</li> <li>Wesentliche Merkmale der oben genannten Techniken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zeitmessung</li> <li>Startblöcke einstellen</li> <li>Weitenmessung</li> <li>Kugelstoßregeln anwenden</li> </ul>	<p><b>Punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sportabzeichen</li> <li>Techniküberprüfung</li> </ul>

## Bewegen an Geräten – Turnen (Q1.1)

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UV:16	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 2
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 5: Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen (IK1)	
<b>Inhaltsfelder</b> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Wagnis und Verantwortung (c) Leistung (d)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a3) Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c1) Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d2)	

### Thema des UV:

Beherrsche deinen Körper! - Individuelle Erarbeitung ausgewählter Elemente im Bodenturnen

### Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Die Schülerinnen und Schüler können an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen. (BWK 5.4)
- Die Schülerinnen und Schüler können Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden. (BWK 5.5)

#### Sachkompetenz (SK):

- Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern. (SKa3)
- Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. (SKc1)
- Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern. (SKd1)

#### Methodenkompetenz (MK):

- Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren. (MKd1)



## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV:** „Beherrsche deinen Körper!- Individuelle Erarbeitung ausgewählter Elemente im Bodenturnen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>•Training zur Stützkraft (Arme)</li> <li>•Rolle vw, Rolle rw</li> <li>•Rad, Radwende (•Kopfstand)</li> <li>•Handstand, Handstand abrollen, Rolle rw durch/ in den Handstand</li> <li>•Handstützüberschlag (•Flick Flack)</li> <li>•Erarbeitung von turnerischen Gestaltungskriterien</li> <li>•Erarbeitung einer Kür unter Berücksichtigung der erarbeiteten Gestaltungskriterien</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Stationenlernen</li> <li>• Übungskarten, Bildreihen</li> <li>• Partnerbeobachtung</li> <li>• Videoanalyse</li> <li>• Erarbeitung in der Teillernmethode</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Bewegungsprotokoll</li> <li>•Sicherheitsbestimmungen im Bodenturnen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kenntnisse über Hilfe- und Sicherheitsstellungen</li> <li>• Haltung, Körperbeherrschung, Körperspannung</li> <li>• Bewegungskorrektur</li> <li>• Bewegungsverbindungen</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• aktive Teilnahme</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Überprüfung ausgewählter Elemente</li> <li>• Überprüfung einer Kür</li> </ul>

## Bewegen an Geräten – Turnen (Q1.1)

<b>Jahrgangsstufe: Q1.1</b>	<b>Dauer des UV:10</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 3</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)		<b>Inhaltliche Kerne:</b> Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen (IK3)	
<b>Inhaltsfelder</b> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Bewegungsgestaltung (b)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2) Gestaltungskriterien (b1)	

### Thema des UV:

„Portaner Zikus – Erarbeitung einer Akrobatik Choreographie in der Kleingruppe“

### Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Die Schülerinnen und Schüler können am Boden eine Partnerkür mit akrobatischen Elementen unter Berücksichtigung von Ausführungs- und Gestaltungskriterien präsentieren. (BWK 5.3)

#### Sachkompetenz (SK):

- Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK b1)
- Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben. (SKa2)

#### Methodenkompetenz (MK):

- Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden. (MK b1)

#### Urteilskompetenz (UK):

- Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (UK b1)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV:** „Portaner Zikus – Erarbeitung einer Akrobatik Choreographie in der Kleingruppe“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>•Turnerische dynamische Elemente</li> <li>•Statisch akrobatische Elemente mit dem Partner/ in der Gruppe</li> <li>•Verknüpfung dynamischer und statischer Elemente</li> <li>•Erarbeitung von Gestaltungskriterien</li> <li>•Erarbeitung einer akrobatischen Choreographie unter Berücksichtigung der erarbeiteten Gestaltungskriterien</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Übungskarten, Bildreihen</li> <li>• Partnerbeobachtung</li> <li>• Videoanalyse</li> <li>• Lerntheke</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Sicherheitsbestimmungen in der Akrobatik</li> <li>• Dokumentation der Choreographie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kenntnisse über Hilfe- und Sicherheitsstellungen</li> <li>• Haltung, Körperbeherrschung, Körperspannung</li> <li>• Bewegungskorrektur</li> <li>• Bewegungsverbindungen</li> <li>• Dynamik</li> <li>• Bewegung zur Musik</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• aktive Teilnahme</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Überprüfung einer Choreographie (Gruppennote für die Gestaltung der Choreographie; individuelle Benotung für die akrobatische Ausführung)</li> </ul>

## Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (Q1.2)

<b>Jahrgangsstufe: Q1.2</b>	<b>Dauer des UV:</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 4</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		<b>Inhaltliche Kerne:</b> Formen ausdauernden Laufens (IK2)	
<b>Inhaltsfelder</b> Leistung (d) Gesundheit (f)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Trainingsplanung und –organisation (d1) Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d3) Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f1) Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f2)	

### Thema des UV:

Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung

### Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten). (BWK 3.3)

#### Sachkompetenz (SK):

- Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern. (SK d1)
- Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. (SK d2)
- Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern. (SK f1)

#### Methodenkompetenz (MK):

- Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen und erläutern. (MK d2)
- Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsentwicklung dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio). (MK d1)

#### Urteilskompetenz (UK):

- Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzierten Körperbildern beurteilen (UKf1)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

### Thema des UV:

**Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig** – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>•Gesundheitsorientiert und/oder leistungsorientiert</li> <li>•altersangemessene, progressive Belastungssteigerung</li> <li>•Individualisierung des Lauftempos über unterschiedliche Trainingsmethoden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppenarbeitsphasen zu Trainingsmethoden und spielerischen Formen des Ausdauertrainings</li> <li>• Demonstration nach Bewegungsaufgaben durch Schülerinnen</li> <li>• Demonstration auch durch die Lehrkraft</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anpassung</li> <li>• Training</li> <li>• Belastungsnormativa</li> <li>• Gesetzmäßigkeiten bei der Planung von Ausdauertraining</li> <li>• Energiebereitstellung (aerob, anaerobalaktazid, anaerobalaktazid, anaerobe Schwelle,</li> <li>• Trainingsprinzipien (u.a. Superkompensation und Homöostase, Trainingswirksamer Reiz, progressive Belastungssteigerung</li> <li>• Ausdauertrainingsmethoden (u.a. Dauer-, Intervall- und Wettkampfmethode</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauerterst (2x)</li> <li>• Trainingseinheiten zu Hause</li> <li>• Zeitschätzläufe</li> <li>• Orientierungslauf</li> <li>• Temposchätzläufe</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sonstige Mitarbeit z.B. insbesondere aktive Beteiligung in Gesprächsphasen, Erarbeitung der Theorieinhalte, Trainingstagebuch mit selbstständig entwickeltem Trainingsplan</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauerterst am Ende des UVs unter besonderer Berücksichtigung eines gleichmäßigen Lauftempos (Zeit-/Distanzschätzlauf) oder wettkampforientiert</li> </ul> <p>Ggf. Klausur oder Fachpraktische Prüfung</p>

## Bewegen an Geräten – Turnen (Q1.2)

<b>Jahrgangsstufe: Q1.2</b>	<b>Dauer des UV:12</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 5</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)		<b>Inhaltliche Kerne:</b> Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen (IK2)	
<b>Inhaltsfelder</b> Wagnis und Verantwortung (c) Leistung (d)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c1) Trainingsplanung und –organisation d1 Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen d3	

### Thema des UV:

**Wir wagen uns ans Gerät** – Präsentation einzelner Elemente des Gerätturnens in einer Gerätelandschaft

### Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Die Schülerinnen und Schüler können Eine differenzierte Kürübnng aus mehreren Einzelementen auf technisch-koordinativ vertieftem Niveau an zwei Wettkampfgeräten demonstrieren (BWK 5.1)
- Die Schülerinnen und Schüler können Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden. (BWK 5.5)

#### Sachkompetenz (SK):

- Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. (SK d2)

#### Methodenkompetenz (MK):

- Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden. (MKc1)

#### Urteilskompetenz (UK):

- Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen. (UK d1)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV:** Wir wagen uns ans Gerät – Präsentation einzelner Elemente des Gerätturnens in einer Gerätelandschaft

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reck (Aufschwung, Unterschwung, Umschwung)</li> <li>• Schwebebalken (Auflaufen-/hocken, Sprünge, Drehungen, Abgang)</li> <li>• Parallelbarren (Schwünge)</li> <li>• Kasten (Sprünge)</li> <li>• Bock, Pferd (Sprünge)</li> <li>• Mini Trampolin als Sprunghilfe</li> <li>• Wettkampframpolin</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungskarten, Bildreihen</li> <li>• Partnerbeobachtung</li> <li>• Videoanalyse</li> <li>• Stationenlernen in der Gerätelandschaft</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Sicherheitsbestimmungen im Gerätturnen</i></li> <li>• <i>Dokumentation über den Lernfortschritt</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kenntnisse über Hilfe- und Sicherheitsstellungen</li> <li>• Haltung, Körperbeherrschung, Körperspannung</li> <li>• Bewegungskorrektur</li> <li>• Bewegungsverbindungen</li> <li>• Dynamik</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• aktive Teilnahme</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation einzelner Elemente im Gerätturnen</li> </ul>

## Laufen, springen, werfen - Leichtathletik (Q2.1)

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 15-18	Vernetzung mit UV: 6, 9	Laufende Nummer des UV: 1
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>  Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Wählen Sie ein Element		<b>Inhaltliche Kerne:</b>  BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
<b>Inhaltsfelder:</b>  Leistung (d) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Wählen Sie ein Element aus		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>  Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Wählen Sie ein Element	

### Thema des UV:

„Wie werde ich besser?“ - Ausgewählte leichtathletischen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren, um die individuelle Leistungsfähigkeit zu verbessern

### Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren
- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element

#### Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

#### Methodenkompetenz (MK):

- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element



## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV: „Wie werde ich besser?“** - Ausgewählte leichtathletischen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren, um die individuelle Leistungsfähigkeit zu verbessern

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausgewählte leichtathletische Disziplinen...</li> <li>• Lauf: 100 m <u>oder</u> 400 m</li> <li>• Wurf/Stoß: Speer <u>oder</u> Kugel</li> <li>• Sprung: Weit <u>oder</u> Hoch</li> <li>• in Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren...</li> <li>• Zusammenhang zwischen Struktur und Funktion von Bewegungen</li> <li>• Phasenstruktur</li> <li>• Biomechanik</li> <li>• um die individuelle Leistungsfähigkeit zu verbessern</li> <li>• Übungskatalog für Heimtraining               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprint: z.B. Lauf-ABC</li> <li>• Wurf/Stoß: z.B. Schockwürfe</li> <li>• Sprung: z.B. Sprung-ABC</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analytisch-synthetische Methode bei komplexen technischen Anforderungen (z.B. Speer, Kugel, Hoch)</li> <li>• Ganzheitsmethode bei einfachen technischen Anforderungen (z.B. Sprint-Start, Lauftechnik, Weit)</li> <li>• Videoanalyse</li> <li>• Partnerkorrektur</li> <li>• Beobachtungsbögen</li> <li>• Bewegungsabläufe in Phasenbildern</li> <li>• Lehrvideos über biomechanische Prinzipien in leichtathletischen Disziplinen (z.B. Im Körper der Topathleten - Hochsprung)</li> <li>• fakultativ: Kurzreferate über biomechanische Prinzipien in leichtathletischen Disziplinen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Technikbeschreibungen</li> <li>• Phasenstruktur               <ul style="list-style-type: none"> <li>• zyklische und azyklische Bewegungen</li> </ul> </li> <li>• Vorbereitungs-, Haupt- und Endphase</li> <li>• Grundlagen der Biomechanik               <ul style="list-style-type: none"> <li>• optimaler Beschleunigungsweg (z.B. Weit)</li> <li>• Anfangskraft (z.B. Speer, Kugel)</li> <li>• Koordination von Teilimpulsen (z.B. Hoch)</li> <li>• Gegenwirkung (z.B. Weit)</li> <li>• Impulserhaltung (z.B. Kugel)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• leichtathletische Techniken               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprint-Start</li> <li>• Lauftechnik</li> <li>• Speerwurf <u>oder</u> Kugelstoß</li> <li>• Weitsprung <u>oder</u> Hochsprung</li> </ul> </li> </ul>	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in kognitiven Phasen</li> <li>• Qualität der Technikausführung</li> </ul>
				punktuell: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik-Demonstration der ausgewählten leichtathletischen Disziplinen</li> </ul>

## Bewegen an Geräten – Turnen (Q2.1)

<b>Jahrgangsstufe: Q2.1</b>	<b>Dauer des UV:12</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 7</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)		<b>Inhaltliche Kerne:</b> Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen (IK2)	
<b>Inhaltsfelder</b> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Wagnis und Verantwortung (c)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c1)	

### Thema des UV:

Turnen mal anders – Bewältigung einer normgebundenen/normungebundenen Gerätelandschaft im Parcoursport

### Kompetenzerwartungen:

#### BWK:

- Die Schülerinnen und Schüler können eine komplexe Gruppen- oder Einzelgestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination normgebunden oder normungebunden präsentieren. (BWK 5.2)

#### Sachkompetenz (SK):

- Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SKc1)

#### Methodenkompetenz (MK):

- Die Schülerinnen und Schüler können Mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden. (MKc1)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV:** Turnen mal anders – Bewältigung einer normungebundenen Gerätelandschaft im Parcoursport

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Sprungvariationen über Geräte</i></li> <li>• <i>Rollen</i></li> <li>• <i>Abrollen</i></li> <li>• <i>Überwinden von Geräten</i></li> <li>• <i>Wandhochlaufen</i></li> <li>• <i>Balancieren</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungskarten, Bildreihen</li> <li>• Partnerbeobachtung</li> <li>• Videoanalyse</li> <li>• Stationenlernen in der Gerätelandschaft</li> <li>• Teillernmethode</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Sicherheitsbestimmungen im Parcour</i></li> <li>• <i>Mut zum Nein sagen</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kenntnisse über Hilfe- und Sicherheitsstellungen</li> <li>• Haltung, Körperbeherrschung, Körperspannung</li> <li>• Bewegungskorrektur</li> <li>• Bewegungsverbindungen</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• aktive Teilnahme</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation einzelner Elemente im Parcour</li> <li>• Parcour mit Performance (ausgewählten Parcour bestmöglich bewältigen)</li> </ul>

## Laufen, springen, werfen - Leichtathletik (Q2.1)

<b>Jahrgangsstufe: Q2.1</b>	<b>Dauer des UV:12</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 8</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik		<b>Inhaltliche Kerne:</b> alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	
<b>Inhaltsfelder</b> Kooperation und Wettkampf (e) Gesundheit (f)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten(e1) Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f1)	

### Thema des UV:

Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können

## Kompetenzerwartungen

### BWK:

- Die Schülerinnen und Schüler können alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten. (BWK 3.4)

### Sachkompetenz (SK):

- Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. (SKe1)
- Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern. (SKf1)

### Methodenkompetenz (MK):

- Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MKf1)

### Urteilskompetenz (UK):

- Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. (UK e1)
- Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. (UK f1)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

### Thema des UV:

**Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste** – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	

## Bewegen an Geräten – Turnen (Q2.2)

<b>Jahrgangsstufe: Q2.2</b>	<b>Dauer des UV:12</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 9</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)		<b>Inhaltliche Kerne:</b> Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen (IK1)	
<b>Inhaltsfelder</b> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Wagnis und Verantwortung (c) Leistung (d)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a1) Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c1) Trainingsplanung und –organisation (d1) Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen (d3)	

### Thema des UV:

Jetzt wird es ernst I – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung

## Kompetenzerwartungen

### BWK:

- Die Schülerinnen und Schüler können an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen. BWK 5.4

### Sachkompetenz (SK):

- Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben. (SK a1)

### Methodenkompetenz (MK):

- Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden. (MKc1)

### Urteilskompetenz (UK):

- Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen. (UK a1)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV:** Jetzt wird es ernst I - Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
Wiederholung aller prüfungsrelevanten Inhalte, Techniken und Taktiken	Referate			

## Laufen, springen, werfen - Leichtathletik (Q2.2)

<b>Jahrgangsstufe: Q2.2</b>	<b>Dauer des UV:12</b>	<b>Vernetzung mit UV:</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 10</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik		<b>Inhaltliche Kerne:</b> leichtathletische Disziplinen (IK1) Formen ausdauernden Laufens (IK2)	
<b>Inhaltsfelder</b> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Kooperation und Wettkampf (e)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a1) Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e1)	

### Thema des UV:

Jetzt wird es ernst – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung

## Kompetenzerwartungen:

### BWK:

- Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen. (BWK 3.1)

### Sachkompetenz (SK):

- Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben. (SK a1)

### Methodenkompetenz (MK):

- Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen. (MK e1)
- Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. (MK e2)

### Urteilskompetenz (UK):

- Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen. (UK a1)



## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

**Thema des UV:** Jetzt wird es ernst – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
Wiederholung aller prüfungsrelevanten Inhalte, Techniken und Taktiken	Referate	Neu: Staffeln Staffelstabübergabe Taktik des Staffellaufs	Staffelläufe	<b>Punktuell:</b> Staffelwettkampf

## 2.2 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit

In Absprache mit der Lehrerkonferenz sowie unter Berücksichtigung des Schulprogramms hat die Fachkonferenz des Gymnasiums Porta Westfalica die folgenden fachmethodischen und fachdidaktischen Grundsätze beschlossen. In diesem Zusammenhang beziehen sich die Grundsätze 1 bis 14 auf fächerübergreifende Aspekte, die auch Gegenstand der Qualitätsanalyse sind, die fachspezifischen Grundsätze folgen im Anschluss.

### Überfachliche Grundsätze:

- 1.) Geeignete Problemstellungen zeichnen die Ziele des Unterrichts vor und bestimmen die Struktur der Lernprozesse.
- 2.) Inhalt und Anforderungsniveau des Unterrichts entsprechen dem Leistungsvermögen der Schüler/innen.
- 3.) Die Unterrichtsgestaltung ist auf die Ziele und Inhalte abgestimmt.
- 4.) Medien und Arbeitsmittel sind schülernah gewählt.
- 5.) Die Schüler/innen erreichen einen Lernzuwachs.
- 6.) Der Unterricht fördert eine aktive Teilnahme der Schüler/innen.
- 7.) Der Unterricht fördert die Zusammenarbeit zwischen den Schülern/innen und bietet ihnen Möglichkeiten zu eigenen Lösungen.
- 8.) Der Unterricht berücksichtigt die individuellen Lernwege der einzelnen Schüler/innen.
- 9.) Die Schüler/innen erhalten Gelegenheit zu selbstständiger Arbeit und werden dabei unterstützt.
- 10.) Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Partner- bzw. Gruppenarbeit.
- 11.) Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Arbeit im Plenum.
- 12.) Die Lernumgebung ist vorbereitet; der Ordnungsrahmen wird eingehalten.
- 13.) Die Lehr- und Lernzeit wird intensiv für Unterrichtszwecke genutzt.
- 14.) Es herrscht ein positives pädagogisches Klima im Unterricht.

### Fachliche Grundsätze:

Der Sportunterricht am Gymnasium Porta Westfalica folgt den Prinzipien eines **erziehenden Sportunterrichts**. Die Unterrichtsgestaltung ist durch schüleraktivierendes und selbst gesteuertes Lernen geprägt.

Im Sinne der **Kompetenzorientierung** geht es im Sportunterricht darum, erworbenes Wissen über sportliche Zusammenhänge sowie motorisches Können in unterschiedlichen Anforderungssituationen anwenden zu können.

Dazu werden von den Fachkolleginnen und Kollegen **individualisierte Lernarrangements** geschaffen, die auf der **Diagnose der Lernausgangslage** basieren und an den Stärken der Schülerinnen und Schüler ausgerichtet sind. Offene Aufgabenformate wie z.B. Lernaufgaben finden verstärkt Berücksichtigung. Somit werden im Sportunterricht in allen Kursen und in allen Bewegungsfeldern und Sportbereichen Lernprodukte erstellt und diskutiert.

Die Reflexion über Ziele und Methoden sowie die Beurteilung von Lernwegen und Lernprodukten erfolgt nach dem Prinzip der **reflektierten Praxis** auf der Übungsstätte. Diese Verknüpfung von Theorie und Praxis führt zu einem bewussten Lernen und sichert Kenntnisse in den Kompetenzbereichen Sach- Methoden- und Urteilskompetenz. Wesentliche Unterrichtsergebnisse werden gesichert und visualisiert, damit dieser Erkenntnisgewinn im Verlauf des Unterrichtsvorhabens weiter genutzt werden kann.

Im Grundkurs – auch bei Sport als viertem Abiturfach - bleiben einzelne Theoriestunden die Ausnahme. In der Regel wird im Sportunterricht eine **Praxis-Theorie-Verknüpfung** angestrebt.

Beiträge zur Unterrichtsgestaltung u.a. unterschiedliche Formen der selbstständigen und kooperativen Aufgabenerfüllung innerhalb eines Unterrichtsvorhabens gehören zu den Bestandteilen der sonstigen Mitarbeit und sind von allen Schülerinnen und Schülern in jedem Halbjahr zu erbringen.

Hausaufgaben dienen der Vorbereitung, Nachbereitung, Vertiefung und Erweiterung der Unterrichtsinhalte. Sie gehören im Leistungskurs zum festen Bestandteil des Unterrichts. Im Grundkurs werden sie nur dann gestellt, wenn sie der Vorbereitung des Unterrichts dienen oder die im Unterricht initiierten Prozesse der Vertiefung oder Dokumentation bedürfen.

## **2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung**

Auf der Grundlage von § 48 SchulG, § 13 APO-GOST sowie Kapitel 3 des Kernlehrplans Sport hat die Fachkonferenz im Einklang mit dem entsprechenden schulbezogenen Konzept die nachfolgenden Grundsätze zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen. Die nachfolgenden Absprachen stellen die Minimalanforderungen an das lerngruppenübergreifende gemeinsame Handeln der Fachgruppenmitglieder dar. Bezogen auf die einzelne Lerngruppe kommen ergänzend weitere der in den Folgeabschnitten genannten Instrumente der Leistungsüberprüfung zum Einsatz.

### Verbindliche Absprachen:

Über die von der Fachkonferenz getroffenen Vereinbarungen zur Leistungsbewertung in der Sekundarstufe I hinaus trifft die Fachkonferenz für die S II folgende Entscheidungen.

Das Fach Sport ist am Gymnasium Porta Westfalica als 4. Fach der Abiturprüfung wählbar. Dazu bietet ein Sportkurse in der Einführungsphase für die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit sowohl im ersten Halbjahr als auch im zweiten Halbjahr eine materialgebundene Klausur zu schreiben. Die in der Jahrgangsstufe unterrichtenden Lehrerinnen und Lehrer arbeiten bzgl. der Vergleichbarkeit der Anforderungen eng zusammen.

Für diejenigen Schülerinnen und Schüler, die eine 4.-Fach-Prüfung anstreben, wird mindestens in einem Halbjahr der Qualifikationsphase eine Klausur durch eine fachpraktische Prüfung ersetzt. Hinsichtlich der Vergleichbarkeit der unterschiedlichen Sportkurse erarbeitet die Fachkonferenz ein Konzept für diese fachpraktische Prüfung in den unterschiedlichen Bewegungsfeldern und Sportbereichen.

Im 1. Halbjahr der Q2 wird in allen Sportkursen unabhängig von der Wahl des Faches Sport als 4. Abiturfach von den Schülerinnen und Schülern eine Ausdauerleistung erbracht. Die Fachkonferenz Sport erarbeitet ein Konzept für die unterschiedlichen Sportkurse, das sowohl die leistungsmäßigen als auch die gesundheitlichen Aspekte bzgl. der entsprechenden Kompetenzerwartungen berücksichtigt.

Weiterhin strebt die Fachkonferenz unabhängig von den Kursprofilen eine Vergleichbarkeit der Leistungen an. Dazu werden folgende Vereinbarungen getroffen:

## **Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung**

### **A. Generelle Absprachen zur Leistungsbewertung, die unabhängig vom Bewegungsfeld und den jeweiligen Inhaltsfeldern getroffen werden können: Bewertet wird, wie der Schüler**

1. sein Bewegungskönnen zeigt (u. a. technisches, taktisches, konditionelles, kreativ-gestalterisches Können),
2. sich auf Unterrichtssituationen einlässt,
3. Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringt,
4. Erfahrungen, Kenntnisse strukturiert wiedergibt,
5. Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern kann,
6. motorische Grundeigenschaften funktionell erweitert hat,
7. sportliches Können weiterentwickeln kann und
8. sportliches Handeln zusammen mit anderen regeln kann

### **B. Verbindliche und mögliche Absprachen über Lernerfolgskontrollen im Bereich „Sonstige Mitarbeit“:**

1. Sportmotorische Leistungen in den Bewegungsfeldern/Sportbereichen werden quantitativ und qualitativ bewertet.
2. Die einem Bewegungsfeld/Sportbereich zugehörigen konditionellen und koordinativen Fähigkeiten müssen in die Bewertung einbezogen werden.

#### Konkretisierung zu 1 und 2:

- *mindestens eine quantitative Messung und/oder eine qualitative Messung (z.B. Demonstration) pro Halbjahr (abhängig vom Kursprofil)*
  - *mindestens ein Test zu einem konditionellen Leistungsfaktor (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit)bezogen auf die profilbildenden Bewegungsfelder und Sportbereiche*
3. Überprüft und bewertet werden Lernerfolge hinsichtlich fachspezifisch wichtiger Schlüsselqualifikationen (Beharrlichkeit, Leistungsbereitschaft, Kreativität, etc.).
  4. Überprüft und bewertet werden fachliche Kenntnisse und methodische Fähigkeiten.

#### Konkretisierung zu 3 und 4:

- *Kooperation wird gemäß dem gemeinsam erarbeiteten Bewertungsbogen<sup>1</sup> bewertet.*
- *Einmal in der Qualifikationsphase muss eine Gruppenleistung bewertet werden*
- *Überprüfungsformen zu 4 sind in erster Linie Beiträge zur Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsgesprächen. Einmal in der Qualifikationsphase muss eine schriftliche Übung durchgeführt werden.*

---

<sup>1</sup> s. Teil D

**C. Mögliche Absprachen zur Leistungsbewertung zwischen unterschiedlich strukturierten Kursen bezogen auf Bewegungs- und profilbildende Inhaltsfelder innerhalb der Qualifikationsphase**

Bewegungsfelder	Profilbildende Inhaltsfelder			
	gleich	nicht gleich	Kommentar	Beispiel
Gleich, auch in der Obligatorik des Bewegungsfeldes	X		<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p> <p><u>zusätzlich:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Die Überprüfung aller bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen und ggf. weitere Leistungsmessungen müssen nach den gleichen Normtabellen, bzw. gleichen Kriterien erfolgen.</li> <li>Da auch alle bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen identisch sind, werden diesbezügliche Leistungen gleich bewertet.</li> </ul>	<p><b>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b></p> <p><u>Inhaltsfeld d:</u> Leistung</p> <p>Verwenden wir alle die gleichen Leistungstabellen?</p>
Gleich, auch in der Obligatorik des Bewegungsfeldes		X	<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p> <p><u>zusätzlich:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Die Überprüfung der bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen muss nach den gleichen Normtabellen, bzw. gleichen Kriterien erfolgen.</li> <li>Die profilbildenden Inhaltsfelder bestimmen neben der Obligatorik in diesem Bereich zusätzlich die intentionale Ausrichtung und setzen im Hinblick auf die Bewertung ggf. abweichende Schwerpunkte.</li> </ul>	<p><b>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b></p> <p><u>Inhaltsfeld e:</u> Kooperation und Konkurrenz</p> <p><u>Inhaltsfeld b:</u> Bewegungsgestaltung</p> <p>Schön oder ausdauernd – Aerobic unter unterschiedlichen Schwerpunkten</p>
Gleich, ungleich in der Obligatorik des Bewegungsfeldes	X		<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p> <p><u>zusätzlich:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Die Überprüfung der <u>obligatorischen</u> bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen müssen nach</li> </ul>	<p><b>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b></p> <p><u>Inhaltsfeld a:</u> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen / <u>Inhaltlicher Schwerpunkt:</u></p>

			<p>vergleichbaren Normtabellen, bzw. gleichen Kriterien bewertet werden.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Da die bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen identisch sind, werden diesbezügliche Leistungen - soweit möglich - gleich bewertet.</li> </ul>	<p>Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit</p> <p>Handball vs. Tischtennis</p>
Gleich, ungleich in der Obligatorik des Bewegungsfeldes		X	<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p> <p><u>zusätzlich:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Überprüfung der <u>obligatorischen</u> bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen muss nach vergleichbaren Normtabellen, bzw. gleichen Kriterien erfolgen.</li> <li>• Die profilbildenden Inhaltsfelder bestimmen neben der Obligatorik in diesem Bereich zusätzlich die intentionale Ausrichtung und setzen im Hinblick auf die Bewertung ggf. abweichende Schwerpunkte.</li> </ul>	<p><b>Gleiten, Fahren, Rollen – Bootssport, Rallsport, Wintersport</b></p> <p>Rudern vs. Inliner</p> <p><u>Inhaltsfeld d:</u> Leistung (Rudern)</p> <p><u>Inhaltsfeld b:</u> Bewegungsgestaltung (Inliner)</p>
Unterschiedlich	X		<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p> <p><u>zusätzlich:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Da die bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen identisch sind, werden diesbezügliche Leistungen - soweit möglich - gleich bewertet.</li> </ul>	<p><b>Gestalten, Tanzen Darstellen – Tanz</b></p> <p><b>Gleiten, Fahren, Rollen – Inliner-Parcours</b></p> <p><u>Inhaltsfeld b:</u> Bewegungsgestaltung</p>
Unterschiedlich		X	<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p>	<p><b>Gestalten, Tanzen Darstellen – Tanz</b></p> <p><u>Inhaltsfeld a:</u> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <p><b>Ringens und Kämpfen - Judo</b></p> <p><u>Inhaltsfeld e:</u> Kooperation und Konkurrenz</p>

**D. Kriterien für die Bewertung des Teilbereichs Kooperation im Sportunterricht als Bestandteil der „Sonstigen Mitarbeit“**

<b>sehr gut</b>	<b>gut</b>
<b>Die Schülerin/der Schüler</b> arbeitet mit anderen sehr kooperativ und verantwortungsbewusst zusammen, ist aufgeschlossen gegenüber anderen, ist meinungsbildend und gleichzeitig tolerant.	<b>Die Schülerin/der Schüler</b> arbeitet mit anderen erfolgreich zusammen, ist zuverlässig, initiativ und hilfsbereit.
<b>befriedigend</b>	<b>ausreichend</b>
<b>Die Schülerin/der Schüler</b> verhält sich in der Gruppe kooperativ, kommunikationsfreudig und mitteilungsbereit.	<b>Die Schülerin/der Schüler</b> ist nicht immer bereit mit anderen zusammenzuarbeiten, hält sich mehr im Hintergrund.
<b>mangelhaft</b>	<b>ungenügend</b>
<b>Die Schülerin/der Schüler</b> hat Mühe mit anderen zusammenzuarbeiten und braucht wiederholt genaue Arbeitsanweisungen. Die Umgangsformen sind eher konfrontativ als kooperativ.	<b>Die Schülerin/der Schüler</b> zeigt sich wiederholt unwillig mit anderen zusammenzuarbeiten, ist uneinsichtig und unbelehrbar. Die Umgangsform ist ausschließlich konfrontativ.

