



Clemens-Brentano-Gymnasium, Dülmen

Schulinterner Lehrplan

Sport

Sekundarstufe I

Stand: 23.12.2019

Inhaltsverzeichnis

1. Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit	3
2. Entscheidungen zum Unterricht	4
2.1 Unterrichtsvorhaben	4
2.2 Konkretisierungen	6
2.3 Grundsätze der fachmethodischen und –didaktischen Arbeit.....	46
2.4 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung	47
2.5 Lehr- und Lernmittel	48
3. Entscheidungen zu fach- oder unterrichtsübergreifenden Fragen	49
4. Qualitätssicherung und Evaluation	49
5. Anhang	50

1. Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit

Sportstätten in der Schule:

- Dreifachsporthalle in der Straße am Bache
- Städtischer Sportplatz mit 400m-Laufbahn, 2x100m Sprintanlage, Weitsprunganlage, Kugelstoßanlage, Kleinfeldfußballplatz, Tennisplatz, 2xBeachvoleleyballfelder, Fußballplatz (Asche), Basketballfeld, Boulderbereich, Freeleticsanlage
- Durch ländliche Umgebung der Schule sind Orientierungsläufe gut möglich.
- Städtisches Hallenbad (DÜB) mit Bus zu erreichen
- Eislaufbahn (im Winter) fußläufig zu erreichen
- Durch ländliche Umgebung der Schule sind Exkursionen mit dem Fahrrad möglich.
- Hoch- und Niedrigseilgarten in der direkten Umgebung.

Unterrichtsangebot:

Der Sportunterricht wird in allen Klassenstufen auf der Grundlage der verbindlichen Stundentafel erteilt. In den Klassen 5 und 6 wird der Sportunterricht vierstündig erteilt. Für den Regelunterricht in der Erprobungsstufe gelten die Kernlehrpläne Sport Sek I am Gymnasium in der Fassung vom XXX. Der Sportunterricht wird in allen Jahrgangsstufen gemäß Stundentafel erteilt. In der Klasse 6 gibt es einen Schwerpunkt, hier findet 2-stündiger Schwimmunterricht statt. Das Bewegungsfeld Gleiten, Fahren, Rollen wird in Klasse 6 über eine Exkursion zur Eisbahn in Dülmen abgedeckt.

Im Rahmen des bewegten Ganztages gibt es zudem in der Erprobungsstufe eine Bogenschieß-AG (TV Dülmen), Fußball-AG (Kooperation mit dem DFB), Tennis-AG (Tennis XXX).

2. Entscheidungen zum Unterricht

2.1 Unterrichtsvorhaben (Partitur)

Übersicht über das interne Curriculum der Sek.I am CBG im Fach Sport (17.10.19)

Jgst. → U-Wochen ↓	Jg. 5 4 Std./ Woche	Jg. 6 4 Std./ Woche	
1 (1. Q)	Spiele entdecken (10 Std.) (BF2.1) [1]	Leichtathletik (8 Std.) (BF 3.2) [14.1]	Schwimmen (32 Std.) (BF 4.1) [16], (BF 4.2) [17], (BF 4.3) [18] & (BF 4.4) [19] (in Verbindung mit BF 1.2) (Klassen a/b im 1. Hj. und Klassen c/d im 2. Hj.)
2			
3			
4			
5	Spielen in und mit Regelstrukturen-Sportspiele (24 Std.) (BF 7.1) [3]	Den Körper wahrnehmen (8 Std.) (BF 1.1) [14.2]	
6			
7			
8			
9		Sportspiele (Badminton) (14 Std.)(BF 7.3) [15]	
10 (2. Q)			
11			
12			
13	Gestalten, Tanzen, Darstellen (Seil) (10 Std.) (BF6.1) [4]	Den Körper wahrnehmen (8 Std.) (BF 1.2) [5]	
14			
15			
16	Den Körper wahrnehmen (8 Std.) (BF 1.3) [6]	Gestalten, Tanzen, Darstellen (Bewegungskünste) (10 Std.) (BF 6.2) [21]	
17			
18	Ringens und Kämpfen (8 Std.) (BF 9.1) [7] & (BF 9.2) [8]	Den Körper wahrnehmen (8 Std.) (BF 1.2) [20]	
19			
20 (3. Q)	Turnen (38 Std.)	Turnen (20 Std.) (BF 5.4) [22]	
21			
22			
23			
24			Freiraum (20 Std.)**

25	(BF5.1) [9] & (BF 5.2) [10]		
26			
27			
28			
29			
30 (4. Q)			
31	Mannschaftsspiel (Basketball) (12 Std.) (BF7.2) [11]	Leichtathletik (20 Std.) (BF 3.3) [23]	Spiele entdecken (20 Std.) (BF 2.3) [24] & (BF 2.4) [25]
32			
33	Leichtathletik (24 Std.) (BF3.1) [12] & (BF 3.3) [13]		
34			
35			
36			
37			
38			
39			
40	Freiraum		

* Jg. 5: Exkursion/ Wandertag mit Rad zum Bauernhof - Gleiten, Fahren, Rollen

** Jg. 6: (2 Std. davon im Dez. Schlittschuhlaufen am Marktplatz Dülmen - Gleiten, Fahren, Rollen

2.2 Konkretisierungen

Jahrgangsstufe: 5 [1]	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 2.1
<p>Thema des UV: Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß? – verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeiten in kleinen Spielen anwenden</p>		
<p>BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</p>		<p>Inhaltsfelder:</p> <p>e - Kooperation und Konkurrenz</p>
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • kleine Spiele und Pausenspiele • kooperative Spiele 		<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Interaktion im Sport [e] • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten [6 BWK 2.2] • Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen [6 BWK 2.1] 		<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> • Einfache Fang- und Ballspiele (Minutenfangen, Völkerballvarianten, Tigerball, Kettenfangen) erproben und vorstellen • verschiedene kleine Spiele, die grundlegende Spielfertigkeiten und –fähigkeiten fördern und fordern • Entwicklung erster taktischer Überlegungen • Regeln aufstellen • technische Grundübungen bei Bedarf in den Unterricht einbinden 	<ul style="list-style-type: none"> • (Pausen)-Spiele ohne großen Materialaufwand auch unter Berücksichtigung der Gegebenheiten des Schulhofes • vorgegebene Spiele ausprobieren • Wechsel zwischen Erprobungs- und Reflexionsphasen einschieben 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bedeutung von Fairness und dem Einhalten von Regeln • Was macht ein gutes Spiel aus? • Spielideen und Spielregeln • Gutes Spiel • die Leistungsfähigkeiten einschätzen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fairness • Teamgeist • Spielidee • Regeln 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Kooperationsfähigkeit • Verhalten bei der Paar- o. Mannschaftsbildung • Spielverhalten bezüglich Mit- und Gegenspielern <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielbeobachtung <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielidee • Praktikabilität • Einbeziehung aller Mitspieler • Sicherheitsaspekte • Regeleinhaltung • Kooperation in Spielsituationen

Jahrgangsstufe: 5 [2]	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 2.2
<p>Thema des UV: Was macht die Spiele aus? – Grundideen und Strukturen von Zombieball und Völkerball analysieren, vergleichen und verändern.</p>		
<p>BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</p>		<p>Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz</p>
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> kooperative Spiele kleine Spiele und Pausenspiele 		<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] Interaktion im Sport [e]
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> 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] lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen [6 BWK 2.3] 		<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> • Grundideen von Spielen • Strukturen von Spielen • Bedeutung von Regeln für das Mit- und Gegeneinander • Gelingensbedingungen von Spielen • Präsentationsmöglichkeiten finden • Zombieball und Völkerball • Merkmale von Spielen • Unterschiedliche Regeltypen • Organisationsformen von Spiel- und Spielformen • Verändern der Spielregeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Die beiden Spiele „Zombieball“ und „Völkerball“ kennenlernen, analysieren, miteinander vergleichen und verändern 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Können alle mitspielen? • Chancengleichheit • Funktioniert das Spiel • Macht das Spiel Spaß? Warum (nicht)? • Bleibt die Spielidee gleich? <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielidee • Spielregel (konstruktive, strategische, moralische) • Spielmaterial • Spielraum • Fairness/ Fairplay • Spieltypische Begriffe 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mitarbeit in der Gruppe • Entwicklung und Veränderung eines Spiels • Organisation und Anleitung eines Spiels <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation und Durchführung einer eigenen Spielabwandlung von einer der beiden Spielideen in Gruppenarbeit mit anschließender Auswertung <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufbau des Spiels • Durchführbarkeit • Aufforderungscharakter (macht Spaß oder ist langweilig?) • Angemessene Präsentation (verständliches Erklären der Regeln und des Spielablaufes, etc.)

Jahrgangsstufe: 5 [3]	Dauer des UVs: 24	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
<p>Thema des UV: „Der Ball ist mein Freund“ – Sportspielübergreifende Basiskompetenzen aus der Heidelberger Ballschule in vielfältigen Spiel- und Übungsformen unter Berücksichtigung der individuellen Bewegungsqualität erlernen und vertiefen [3]</p>		
<p>BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>		<p>Inhaltsfelder:</p> <p>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p>
<p>Inhaltlicher Kern:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden [6 BWK 7.1] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungen aus allen drei Bausteinen der Heidelberger Ballschule, ABC für Spielanfänger (A – Taktik, B – Koordination, C – Technik) • Hinführung auf die Anforderungen in den großen Sportspielen (u.a. Basketball) – integrative Sportspielvermittlung • Übernahme von drei Leitsätzen der Heidelberger Ballschule (Entwicklungsgemäßheit, Vielseitigkeit, Freudbetontheit) • Vielseitige, sportspielübergreifende Ausbildung • Fokussierung auf das Spielen mit der Hand (Zielschussspiele) 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielformen mit möglichst isolierter Anforderung (z.B. gezieltes Werfen, Anbieten, Orientieren, ...) • Übungszirkel mit niveaudifferenzierten Übungen • Spielen mit wechselnden Partnern und Gruppen • Variation von Einzelübungen und Spiel- und Übungsformen in der Gruppe • Fokussierung auf ausgewählte Taktikbausteine (hier: „Anbieten und Orientieren“ und „Lücke erkennen“) • mediengestützte Bewegungsbeobachtung zur gezielten Rückmeldung (evtl. Einsatz der iPads) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Situationsangemessenes Spielverhalten (mediengestützte Bewegungsbeobachtung) • Qualitätsmerkmale von Bewegung • Einschätzung und Beschreibung von Anforderungen und Druckbedingungen in Spielsituationen (mediengestützte Bewegungsbeobachtung) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anbieten, Antizipation, Koordination, Technik, Taktik 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><u>Beobachtungsschwerpunkte:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen (BWK) • Benennen und beurteilen von Bewegungsmerkmalen als Ausdruck der Bewegungsqualität (SK und UK) • Beteiligung in Gruppenarbeits- und Gesprächsphasen • Kontinuierliches und selbstbestimmtes Üben <p>punktuell:</p> <p><u>Beobachtungsschwerpunkte:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration von Übungen aus dem Bereich der (grundlegenden) koordinativen Basiskompetenzen (u.a. individuelle Verbesserung, Schwierigkeitsgrad der Übungen, Vielfältigkeit der Übungen - Repertoire) (BWK)

Anbindung an das Medienkonzept

Verschiedene digitale Werkzeuge und deren Funktionsumfang kennen, auswählen sowie diese kreativ, reflektiert und zielgerichtet einsetzen:

- mediengestützte Bewegungsbeobachtung zur gezielten Rückmeldung (Medienkompetenzrahmen 1.2)

Jahrgangsstufe: 5 [4]	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 6.1
<p>Thema des UV: „Basic Tricks mit Seil und Partner“ – Eine Minichoreo mit dem Seil zum Rhythmus der Musik gestalten und dabei mindestens 3 Tricks kombinieren und demonstrieren</p>		
<p>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste</p>		<p>Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung</p>
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> Gymnastische Bewegungsgestaltung mit einem Seil 		<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> Variation von Bewegung Präsentation von Bewegungsgestaltung
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> Die Schülerinnen und Schüler können Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit dem Seil für eine einfache Bewegungsgestaltung nutzen 		<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> Die Schülerinnen und Schüler können Grundformen gestalterischen Bewegens benennen, grundlegende Aufstellungsformationen benennen, unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben. <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> Die Schülerinnen und Schüler können Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten, einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden. Verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen. <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> Die Schülerinnen und Schüler können kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen, einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p>☑☑Selbstständige Erarbeitung in Einzel- oder Gruppenarbeit!</p>	<p>Finden und Erproben von verschiedenen Lauf-, Hüpf- und Sprungformen mit dem Seil Erstellen einer Mind Map zur Systematisierung der verschiedenen Grundformen</p>	<p>Reflektierte Praxis: Rhythmusgefühl, Körperspannung</p> <p>Gegenstände - Unterschiedliche Formen des Laufens, Hüpfens und Springens mit dem Seil</p> <p>Fachbegriffe - z.B. 1er-, 2er-, 3er Rhythmus vorw. u. rückw., Seitgalopp Kreuzschlag, Doppelschlag - Sprünge einbeinig und beidbeinig (Grätsch- u. Schrittsprung) - Seitgalopp u. vorw. Hüpfen</p>	<p>unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft (körperlicher Einsatz, Ideenimpuls) Beobachtungskriterien</p> <p>punktuell: Präsentation einer Verbindung mit dem Seil Beobachtungskriterium: - Bewegungsqualität - Schwierigkeitsgrad - Kreativität</p>

2 UVs Den Körper wahrnehmen BF 1.2 und 1.3 (16 Stunden)

<p>Jahrgangsstufe: 5 [7 & 8]</p>	<p>Dauer des UVs: 8</p>	<p>Nummer des UVs im BF/SB: 9.1 / 9.2</p>
<p>Thema des UV: Wir kämpfen fair – Faire Gruppen- und Partnerkämpfe spielerisch mit und gegeneinander durchführen</p>		
<p>BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</p>		<p>Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung e - Kooperation und Konkurrenz</p>
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kämpfen um Raum und Gegenstände • Kämpfen mit- und gegeneinander 		<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Handlungssteuerung [c] • Interaktion im Sport [e] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen [6 BWK 9.2] • 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] 		<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1] • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] • grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen:	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><u>vom Miteinander zum Gegeneinander</u> Spiel- und Übungsformen ohne und mit direktem Körperkontakt in der Gruppe, Kleingruppe und dem Partner</p> <ul style="list-style-type: none"> - Berühren können und Berührung zulassen - Achtsamkeit und Rücksichtnahme im direkten Körperkontakt entwickeln - kooperative Verhaltensweisen anbahnen und weiterentwickeln - Vertrauen aufbauen und Verantwortung übernehmen - Hilfen annehmen und geben <p><u>mit Gleichgewicht und Körperspannung experimentieren</u> Spiele zur Schulung der Gleichgewichtsfähigkeit und Körperspannung</p> <ul style="list-style-type: none"> - Untersch. Spannungszustände erleben und lernen, diese situationsunabhängig abzurufen - Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Körperbewusstsein ausbilden - Gleichgewichtsfähigkeit durch vielfältiges Zweikämpfen verbessern <p><u>Kräfte messen</u> Wettkämpfe zum Ziehen, Schieben, Raufen und Ringen</p> <p>Kraftwiderstand gegen einen Partner aufbauen und aufrechterhalten eigene Kräfte und fremde Gegenkräfte wahrnehmen und mit beiden experimentieren</p>	<p>Lernplakat mit Regeln erstellen</p> <p>Einführung Rituale: z.B. vor jedem Kampf eine angemessene Begrüßung als Zeichen des Respekts, nach jedem Kampf wird sich die Hand gegeben (oder „High Five“)</p> <p>zu Beginn des UVs Partner/innen selbst wählen / später im UV mit zugeteilten Partner/innen konkurrieren / kooperieren können</p> <p>spielerisches Experimentieren</p> <p>Bereitstellen von Lernstationen mit Aufgabenstellungen, die die Kooperationsfähigkeit fördern</p> <p>Lehrer/in führt riskantere Spiele/ Spielformen durch Bewegungsanweisungen ein, um Gefährdungen rechtzeitig aufzuzeigen</p>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>„Was ist (nicht) fair?“</p> <p>„Wie fühlt sich Verlieren / Gewinnen an?“</p> <p>Wahrnehmungen & Erfahrungen reflektieren und sich darüber austauschen</p> <p>Konfliktsituationen in der Gruppe thematisieren</p> <p>Fachbegriffe:</p> <p>Regeln (z.B. Stopp-Regel)</p> <p>Fairness</p> <p>Partnerkämpfe</p> <p>Gruppenkämpfe</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <p>hat (keine) Berührungssängste im Umgang mit dem Partner</p> <p>will (nicht) kämpfen</p> <p>kann Situationen beim Üben mit dem Partner (nicht) erkennen</p> <p>reagiert (nicht) schnell auf Aktionen und Bewegungen des Partners</p> <p>besitzt (kein) ein gutes Bewegungsgefühl</p> <p>beherrscht (keine) allgemeine(n) motorische(n) Grundfertigkeiten</p> <p>besitzt (keine) gute(n) koordinative(n) Fähigkeiten</p> <p>(keine) eine positive Einstellung zum Zweikämpfe</p> <p>hält vereinbarte Regeln (nicht) ein</p>

Jahrgangsstufe: 5 [9 & 10]	Dauer des UVs: 38 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 5.1 & 5.2
Thema des UV: An die Geräte, fertig, los! – Grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden, Reck, Stufenbarren und Sprung für die Vorbereitung für die BJS		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegenslernen f - Gesundheit
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen 		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] Struktur und Funktion von Bewegungen [a] Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> 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] eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren [6 BWK 5.2] 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2] grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1] MK <ul style="list-style-type: none"> 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] selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1] UK <ul style="list-style-type: none"> einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> • Allgemeine vorbereitende Übungen und turnspezifische Vorübungen: Spiel- und Übungsformen zur Verbesserung der Körperspannung (Ganzkörperkräftigungsübungen, besonders für die Rumpfmuskulatur & die oberen Extremitäten mit dem Partner) • Erlernen von vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten des Körpers, ausgelöst durch den Anreiz der unterschiedlichen Turngeräte • Bodenturn-, Sprung- und Stützgrundlagentraining <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundkenntnisse im Bereich der Kraft und Beweglichkeit (Spannen und Entspannen, Kräftigen und Dehnen) • Bewegungsvorstellung, -beschreibung unter Nutzung des iPads zum Aufbau Übungskataloges; jede Klasse a-d erstellt für eine der 4 Disziplinen eine Bilderreihe/ein Erklärvideos in Absprache mit der Lehrkräften • Hilfe- und Sicherheitsstellung (HST und SHT) • Auf- und Abbau der Turngeräte 	<ul style="list-style-type: none"> • Demonstration • Geräte- und Partnerhilfen • Verbale Hilfen • Fehlerkorrektur anhand von Beobachtungsbögen • Zusammentragen von Ganzkörperkräftigungsübungen für ein Trainingsprogramm • Vom Einfachen zum Schweren (beginnend bei Übung 1) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • spielerisches Experimentieren • Soll-/ Istwert- Vergleich, Partnerkorrektur mit dem iPad • Erlernen von einer Bewegungsvorstellung 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände (siehe Wettkampfübungen zu den BJS)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reck: Ü1-2 • Stufenbarren Ü3 + 4 (als Vorbereitung auf BJS) • Boden: Ü1-4 • Sprung: Ü1-3 <p>- leistungsstärkere SuS könnten schwierigere Übungen der BJS</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • siehe Anlage „Beobachtungs- und Bewertungskriterien“ zu den einzelnen Übungen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsformen an Gerätelandschaften erproben und verbessern <p>punktuell: alle folgenden Wettkampfübungen werden bewertet</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wettkampfübungen 2 beim Reck • Boden: Überprüfung in <u>einem</u> der drei folgenden Bodenelemente: <p>1. Rolle vorwärts (je nach Könnensstand)</p> <ul style="list-style-type: none"> - von der schrägen Ebene (Sprungbrett) - Rolle vw, Strecksprung - Flugrolle <p>2. Scherhandstand (je nach Könnensstand)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Krabbelhandstand - an der Wand mit Hilfe – oder Sicherheitsstellung - frei auf der Turnmatte mit Hilfe – oder Sicherheitsstellung <p>3. Rad (je nach Könnensstand)</p> <ul style="list-style-type: none"> - von einem zweiseitigen Kastensteg - von einer Langbank - auf einer Turnmatte <ul style="list-style-type: none"> • Wettkampfübung 3 beim Sprung • Abgabe der videogestützten Bewegungsbeschreibungen in Kleingruppen; Übungen 1 + 2 <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - siehe Anlage

Jahrgangsstufe: 5 [11]	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.2
<p>Thema des UV: „Spielen nach Regeln und mit Verstand“ – Sich in sportspielgerichteten Spielformen regelgerecht und mannschaftsdienlich verhalten und taktisch angemessen agieren</p>		
<p>BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>		<p>Inhaltsfelder: d – Leistung e – Kooperation und Konkurrenz</p>
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) 		<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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] • ein großes Mannschaftsspiel in vereinfachten Formen mit und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen [6 BWK 7.4] 		<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p>vielfältige Dribblingsaufgaben - rechts/links (starke/schwache Hand) - um den Körper/durch die Beine - niedrig/hoch dribbeln - Unterschied illegales Ball-Carrying vs. korrektes Dribbling - Liniendribbling 2-Schritte Regel, Sternschritt Spielformen: Dribbling-Fischerspiel, Dribbel-Tippen 1vs1/10vs10 etc.</p> <p>Vielfältige Passmöglichkeiten (beidhändiges Passen und Fangen) - genauer Druckpass und Bodenpass - schnelle Pässe Spielformen: 10er-Parteiball (Zehnerpassen, Vier-Ziele Turmball, Dribbel-Pass Staffel, Linienball)</p> <p>Anbieten und Freilaufen Spielformen: 10er Parteiball, Vier-Ziele Turmball, Hütchentor, Bodenpass-Spiel</p> <p>Werfen auf ein hohes kleines Ziel Der genaue Wurf</p>	<p>Kurze Technikphasen</p> <p>Viele Spielformen (Wettkampfformen) z.B auch Zombieball, Tupfball, Turmball</p> <p>Bei Pass-fokussierenden Spielen sollte Dribbling verboten sein</p> <p>Bei Spiel mit Dribbling: Dribblingzahl erst reduzieren (max. 1,2,3 Dribblings dann Pass / Wurf etc.)</p> <p>Kurze Einführung in die Foulregel „Spiel den Ball aber nicht den Gegner“</p> <p>Individuelle Förderung durch Team-/Partnerfeedback und Beobachtungsbögen</p>	<p>Reflektierte Praxis und Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dribbling • Brust-/Druckpass • Freilaufen, Anbieten • Doubledribbling (Carrying) • Sternschritt • 2 Schritte vs 2 Boden-Kontakte • Grobform Foulregel: Spiel den Ball aber nicht den Gegner! 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anwendungssicherheit von Koordinations- und Technikaspekten • Erfüllung von Feedbackaufgaben • Spielübersicht, Teamplayfähigkeiten • Funktionelle Zusammenhänge beschreiben <p><u>Beobachtungskriterien</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fachlich korrektes Darstellen und Argumentieren (auf der Grundlage der Unterrichtszusammenhänge) • Ausführungsqualität der jeweils fokussierten Teilaspekte • Individuelle Verbesserung • Motivation / Anstrengungsbereitschaft • Einbindung ins Spiel, Übersicht, Soziale Kompetenz <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung Dribbeltechnik • Überprüfung Druckpasstechnik • Wurftechnik <p><u>Beobachtungskriterien</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausführungsqualität/Flexibilität Dribbling • Ausführungsqualität/Flexibilität Druckpass

Jahrgangsstufe: 5 [12 & 13]	Dauer des UVs: 24	Nummer des UVs im BF/SB: 3.1 & 3.3
<p>Thema des UV: „Rennen, Hüpfen, Werfen“ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren</p>		
<p>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</p>		<p>Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen f - Gesundheit</p>
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegendes leichtathletisches Bewegen • traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe 		<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1] • einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen [6 BWK 3.3] 		<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] • Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Merkmale des schnellen und /ausdauernden Laufens • Unterschiedliche Formen des Springens • Erproben leichtathletischer Disziplinen in Lauf, Wurf und Sprung • Sicherheitsbestimmungen/ Unfall-/Verletzungsprophylaxe • Messverfahren sachgerecht anwenden <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsphasen, Bewegungsmerkmale • Sprung: Bewegungsphasen Anlauf, Absprung, Landung • Wurf: Anlauf, Wurfauslage, Abwurf 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben verschiedener Laufformen und Entwickeln von Laufübungen im Hinblick auf allgemeines und funktionales Aufwärmen • Verschiedene Formen des Springens; weit Springen, Niedersprünge <p>Fachbegriffe - Arbeitsmethode</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wurfauslage • Startkommando beim Laufen • Flugphase • Steigerungslauf 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Formen des Laufens (ausdauerndes Laufen – Sprinten), Springens (Weit) und Werfens (Ball) • 75m – Lauf, Tiefstart • Mittelzeitausdauer (individuelle Tempogestaltung, bis 10 Min.) • Springen in die Sprunggrube; vielfältiges Springen; Niedersprünge <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einführung Sprung- und Lauf-ABC • Wurfauslage • Startkommando beim Laufen • Flugphase • Steigerungslauf 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsformen zum Lauf-ABC beschreiben und systematisieren • selbstständige Nutzung des Lauf-ABC zum Aufwärmen • Beobachtungskriterium: Vielfalt der gefundenen Bewegungsformen zum Lauf-ABC <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Übungen des Laufens, Springens, Werfens <ul style="list-style-type: none"> ○ Weitsprung ○ • Beobachtungskriterien: <ul style="list-style-type: none"> ○ Bewegungsqualität ○ individuelle Leistungen nach der schulinternen LA-Tabelle

Jahrgangsstufe: 5*	Dauer des UVs: 2	Nummer des UVs im BF/SB: 4.0
<p>Thema des UV: „Wer kann (nicht) sicher schwimmen?“ – Probeschwimmen zur Feststellung der Schwimmfähigkeit als Voraussetzung für den Schwimmunterricht</p>		
<p>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</p>		<p>Inhaltsfelder: d - Leistung</p>
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schwimmarten einschließlich Start und Wende • sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen 		<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen [a]
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2] 		<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Brust- und Kraulschwimmen zur Feststellung der sicheren Schwimmfähigkeit für den späteren Schwimmunterricht in Jgst. 6 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Vorschwimmen – Erfassen des Ist-Zustandes 		<p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Demonstration der Schwimmfähigkeit sowohl in den Lagen Brust als auch Brustkraul ▪ Vorhandene Schwimmabzeichen überprüfen <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewegungsqualität

Jahrgangsstufe: 6 [14]	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 3.2
Thema des UV: Laufen in verschiedenen Ausprägungen– Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: d - Leistung f - Gesundheit
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> grundlegendes leichtathletisches Bewegen traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Leistungsverständnis im Sport [d] Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1] leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen [6 BWK 3.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1] grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1] MK <ul style="list-style-type: none"> einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1] Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1] UK <ul style="list-style-type: none"> körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1] ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Anforderungen beim Laufen: Tempo-, Zeitgefühl • Unterschiedliche Merkmale des schnellen und /ausdauernden Laufens • Körperreaktionen bei schnellem und ausdauerndem Laufen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsphasen, Bewegungsmerkmale • Körperreaktionen beim schnellen und ausdauernden Laufen: Herzfrequenz Gesichtsrotung Schwitzen Atmung 	<ul style="list-style-type: none"> • Lernaufgabe: Erproben verschiedener Laufformen und Entwickeln von Laufübungen im Hinblick auf allgemeines und funktionales Aufwärmen • Entwickeln von individuellem Körpergefühl und Belastungsgefühl in Hinblick auf Belastung und Trainingsintensität • Erfahren der eigenen körperlichen Leistungsfähigkeit • Intensive und extensive spielerische Übung zur Schulung der allgemeinen Ausdauer / Mittelzeitausdauer! • Laufen aus dem Tiefstart <p>Fachbegriffe – Arbeitsmethode</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entwickeln, kinästhetischer Erfahrungen • Startkommando • Tiefstart 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Formen des Laufens (ausdauerndes Laufen – Sprinten); Laufen mit unterschiedlicher Intensität; • Zeitschätzläufe • Lauf-ABC; verschiedene Lauftechniken • Mittelzeitausdauer (individuelle Tempogestaltung, bis 15 Min.) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schwerpunkt in 5: Lauf-ABC z.B.: Fußgelenksarbeit Skippings (Kniehebelauf) Anfersen Hopslerlauf Sprunglauf Seitschritte Wechselschritte (Überkreuzen) Rückwärtslaufen Steigerungslauf • dazu in Ansätzen: Sprung -ABC 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsformen zum Lauf-ABC beschreiben und systematisieren • selbstständige Nutzung des Lauf-ABC zum Aufwärmen • Beobachtungskriterium: Vielfalt der gefundenen Bewegungsformen zum Lauf-ABC <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Übungen des Laufens • Beobachtungskriterien: <ul style="list-style-type: none"> ○ Bewegungsqualität ○ individuelle Leistungen nach der schulinternen LA-Tabelle ○ Ausdauerleistung 15min

Jahrgangsstufe: 6 [14.2]	Dauer des UVs: 8 Stunden (integriert in 3.2)	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
<p>Thema des UV: „Ausdauer macht Spaß!“ – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben</p>		
<p>BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> d – Leistung f – Gesundheit 	
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aerobe Ausdauerfähigkeit 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen [6 BWK 1.4] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrations-fähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] • psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1] 	

Jahrgangsstufe: 6 [15]	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 7.3
Thema des UV: „Erste Schritte im Badminton“ – der Unterschied zwischen Federball und Badminton [14]		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		<p>Inhaltsfelder:</p> <p>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p>
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis) 		<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [6 BWK 7.3] 		<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] MK selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hinführung auf die Anforderungen im Sportspiel Badminton • Schulung der Augen-Hand-Koordinaten • Vielseitige, sportspielübergreifende Ausbildung • Fokussierung auf einen sicheren Aufschlag als einen Basisschlag des Badmintonspiels • Schwerpunktsetzung auf den Vorhand-Überkopf-Clear (Basisschlag) 	<ul style="list-style-type: none"> • Spiel- und Übungsformen mit möglichst isolierter Anforderung (z.B. Aufschlag, Clear, ...) • Übungszirkel mit niveaudifferenzierten Übungen (Stationenlernen) • Spielen mit wechselnden Partnern und Gruppen • Variation von Einzelübungen und Spiel- und Übungsformen in der Gruppe • Fokussierung auf ausgewählte Technikbausteine (Aufschlag und Vh-Ük-Clear) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsfaktoren und Leistungsfähigkeit einschätzen und beschreiben • Einschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit und Möglichkeiten zur Verbesserung • Merkmale eines sicheren und zügigen Aufbaus des Netzes und von Stationen <p>Fachbegriffe:</p> <p>Vorhand-Überkopf-Clear, Konzentrationsfähigkeit, Reaktionsfähigkeit</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><u>Beobachtungsschwerpunkte:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Benennen und beurteilen von individuellen Leistungsfaktoren im Badminton (u.a. Konzentrationsfähigkeit, Anstrengungsbereitschaft, Reaktionsfähigkeit, ...) (SK und UK) • Benennen von Merkmalen/Kriterien zum sichereren und zügigen Auf- und Abbau des Netzes und von Stationen (MK) • Umsetzung der Merkmale des Auf- und Abbaus des Netzes und von Stationen (MK) • Beteiligung in Gruppenarbeits- und Gesprächsphasen • Kontinuierliches und selbstbestimmtes Üben <p>punktuell:</p> <p><u>Beobachtungsschwerpunkte:</u></p> <p>Demonstration von Übungen aus dem Bereich der (grundlegenden) koordinativen Basiskompetenzen im Badminton (Aufschlag und Vorhand-Überkopf-Clear) (BWK)</p>

Anbindung an das Methodenkonzept:

Einführung und Nutzung folgender Methoden und Lernarrangements: Stationenlernen im Sportunterricht

Jahrgangsstufe: 6 [16]	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 4.1
<p>Thema des UV: „Übungen und Spiele zur Wassergewöhnung und Wasserlage“ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen</p>		
<p>BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen</p>		<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen f – Gesundheit
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungs-schwimmen • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen [6 BWK 4.1] • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] • grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten • elementare Gesetzmäßigkeiten des Bewegens im Wasser • schwimmunterrichtsspezifischer Organisationsrahmen • Baderegeln • Auftrieb • Absinken • Vortrieb • Rotation 	<ul style="list-style-type: none"> • Eigenständiges Erproben und Erfahren des Verhaltens des Körpers im Wasser • Erfahren des Auftriebs • Entwickeln und Erfahren von Möglichkeiten abzusinken, sich zu drehen, zu gleiten • Kooperative und kompetitive Spielformen in der Gruppe 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • kleine Spiele im Wasser • Übungen, z.B. „Hechtschiessen“, „Toter Mann“, Delphinsprünge, ... • Vortrieb mit Händen erfahren z.B. <ul style="list-style-type: none"> ○ 8-er Bögen, ○ Erproben verschiedener Handhaltungen (Faust, Finger gespreizt, „Schaufel“) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wasserlage • Wassergewöhnung • Baderegeln • Auftrieb • Wasserwiderstand • Absinken • Vortrieb • Rotation 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einhalten der vereinbarten Regeln • Experimentierfreudigkeit und Kreativität • Individueller Lernfortschritt <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gleiten mit optimaler Körperwasserlage <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wasserlage • Körperspannung • Bewegungsausführung

Jahrgangsstufe: 6 [17]	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 4.2
<p>Thema des UV: „<i>Ich will besser werden!</i>“ – in Brustschwimmtechnik mit Wende sicher schwimmen können.</p>		
<p>BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen</p>		<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d – Leistung
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schwimmarten einschließlich Start und Wende • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen 		<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] • Struktur und Funktionen von Bewegungen [a]
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen [6 BWK 4.3] 		<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. [6 SK a2] • die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1] • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen. [6 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Brustschwimmtechnik Verbessern • Schwimmunterrichts-spezifischer Organisationsrahmen • Übungsformen zu • Beinschlag • Gleiten in Brustlage • Armzug • Kopplung • Atmung • Start • Wende 	<ul style="list-style-type: none"> • Erfahren des Gleitens ermöglichen • Bewegungsphasen beschreiben, beobachten und erkennen • ggf. gegenseitige Partnerkorrektur • Technikdemonstration an Land und im Wasser • Bewegungsübung außerhalb des Wassers • Visuelle Hilfe durch Schautafeln oder Kopien • Einsatz von Schwimmbrett und Pullboy • Vom Einfachen zum Komplexen • Vom Leichten zum Schweren 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vom Beckenrand abstoßen • Gleiten • Vom Gleitzug in die Schwimmlage • Technik: Armzug, Beinschlag, Atmung, Rhythmus • Wende <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gleichzugtechnik • Armzug • Beinschlag • Atmung • Kippwende • Tauchzug 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Umsetzen von Bewegungsaufgaben • Engagement und Motivation beim Erlernen einer Technik zeigen • Beachten der Verhaltensregeln • Individuelle Entwicklung der Schwimmtechnik <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikdemonstration des Brustschwimmens • 50m Brust- Zeitschwimmen (1:10 Minuten ist Kriterium für Schwimmabzeichen Gold) • Normierte Leistungen messen → Werte orientiert an den schulinternen Leistungstabellen <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rhythmus zwischen Armzug und Beinschlag • Symmetrische Beinbewegung (keine Schere) • Gesicht im Wasser • Gleitphase • Gesamtbewegung

Jahrgangsstufe: 6 [18]	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 4.3
Thema des UV: Mit dem Kopf zuerst ins Wasser springen – Erlernen von Starttechniken im Brust- und Brustkraulschwimmen		
BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c – Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] • Struktur und Funktionen von Bewegungen [a] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1] MK <ul style="list-style-type: none"> • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1] UK <ul style="list-style-type: none"> • einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Start zum Brustschwimmen mit Tauchzug • Start zum Brustkraulschwimmen mit flachem Eintauchen • Starttechniken • Gleitphase • Startsignal 	<ul style="list-style-type: none"> • vom Einfachen zum Komplexen <ul style="list-style-type: none"> ○ Mit dem Kopf zuerst ins Wasser aus der Sitz- und ○ Hockposition ○ Sprünge vom Beckenrand ○ Sprünge vom Startblock 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewältigung von Angst, mit dem Kopf zuerst ins Wasser einzutauchen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tauchzug • flaches und tiefes Eintauchen • Körperspannung • Startsignal • Startsprung 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement und Motivation • Beachten der Verhaltensregeln • Überwindung von Ängsten • Umsetzen von Bewegungsaufgaben • individuelle Verbesserung der Technik <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikdemonstration des Startsprungs mit anschließender Tauchgleitphase • Ggf. Sprung vom Startblock für Schwimmabzeichen Bronze <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität <ul style="list-style-type: none"> ○ Absprung ○ Flugphase ○ Eintauch- und Gleitphase ○ Übergang von der Gleit- in die Schwimmphase

Jahrgangsstufe: 6 [19]	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 4.4
<p>Thema des UV: Wir tauchen tief und weit - unter Wasser orientieren und sicher bewegen mit der Hinführung zum Streckentauchen</p>		
<p>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</p>		<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c - Wagnis und Verantwortung
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser 		<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2] • in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen [6 BWK 4.4] 		<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] • die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1] • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> • Bewältigung von Angstsituationen • Druckausgleich • Gefahren beim Tauchen • Orientierung unter Wasser • Streckentauchen • Tieftauchen 	<ul style="list-style-type: none"> • Strategien zur Steuerung von Emotionen • Individualisierung des Unterrichts (eigene Grenzen ausloten) • Erproben und Erlernen der Tauchtechniken • Erproben, Erfahren und Verbessern der Orientierung unter Wasser u. a. durch Partnerspiele • Einsatz von Hilfsmitteln wie Ringen, Reifen, kleinen Gegenständen zum Tauchen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Orientierung unter Wasser – geöffnete Augen • Kleine Spiele (z.B. Fingeranzahl des Partners benennen, etc.) • Streckentauchen • Tieftauchen - Tauchen nach Ringen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regeln im Schwimmbad • Auftrieb, Absinken, Atemkontrolle • Tauchzug • Streckentauchen 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Umsetzen von Bewegungsaufgaben • Engagement und Motivation • Beachten der Verhaltensregeln • Überwindung von Ängsten <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Streckentauchen <ul style="list-style-type: none"> ○ 10 m für Schwimmbzeichen Silber ○ 15m für Schwimmbzeichen Gold • Ringe aus der Tiefe holen <ul style="list-style-type: none"> ○ für Bronze: einmal ca. 2m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes ○ für Silber: zweimal ca. 2m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen je einen Gegenstand ○ für Gold: Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen von 3 Tauchringen aus Tiefe von 2 Metern innerhalb von 3 Minuten <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tiefe, Strecke (siehe Leistungstabelle) • Orientierung • Rhythmus

Jahrgangsstufe: 6 [20]	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 4.5
<p>Thema des UV: „Fit und leistungsstark!“– Wir lernen in einer individuell gewählten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung der Reaktionen des eigenen Körpers ausdauernd zu schwimmen.</p>		
<p>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> f - Gesundheit d - Leistung 	
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f] • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2] • eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen [6 BWK 1.4] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1] • psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Intensitäten • unterschiedliche Umfänge (Zeit und Strecke) • Staffeln • Schwimmunterrichtsspezifischer Organisationsrahmen • Anpassung der Schwimmgeschwindigkeit an die individuelle Leistungsfähigkeit • gesundheitsförderliche Aspekte der Sportart Schwimmen • 	<ul style="list-style-type: none"> • Einschätzung des Leistungsvermögens • Reflexion der Wasserlage • Möglichkeiten von Leistung und der aktiven Erholung erfahren und reflektieren • Üben des ausdauernden Schwimmens im Kreisbetrieb 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • kraftsparendes Schwimmen erlernen • Ausdauerfähigkeit im Schwimmen trainieren <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pulsfrequenz • aerobe Belastung • Dauermethode • Intervallmethode 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durchhaltevermögen • Anstrengungsbereitschaft • Beachten der Verhaltensregeln <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bis zu 15 Minuten Ausdauerschwimmen ohne Unterbrechung • 200m Zeitschwimmen (Schwimmabzeichen Bronze in höchstens 15 Minuten) • 400 m Schwimmen (in höchstens 25 Minuten (davon 100m in Rückenlage) für das Schwimmabzeichen Silber) • 600 m Zeitschwimmen (Schwimmabzeichen Gold in höchstens 24 Minuten) <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Strecke • Individuelle Leistungssteigerung <ul style="list-style-type: none"> ○ Normierte Leistungen messen → Werte orientiert an den schulinternen Leistungstabellen

Jahrgangsstufe: 6 [21]	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB 6.2
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste		Inhaltsfelder: Bewegungsgestaltung
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Variation von Bewegung • Präsentation von Bewegungsgestaltung 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> • Eine aktuelle tänzerische Komposition präsentieren (Hip Hop) 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • Die Schülerinnen und Schüler können Grundformen gestalterischen Bewegens benennen, • grundlegende Aufstellungsformationen benennen, • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben. MK Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> • Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten, • einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden, • verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen. UK Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> • kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen. 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p>Gruppenarbeit</p>	<p>Kombination verschiedener Sprung-, Hüpf- und Wellbewegungen</p>	<p>Reflektierte Praxis: Rhythmus der Musik in Bewegung umsetzen Einbau von Improvisationselementen, die zum Charakter der Musik passen. Fachbegriffe: „Time Step“, „Step Tap“, „Isolation“</p>	<p>unterrichtsbegleitend: Anstrengungsbereitschaft, Ideenimpuls, Körperspannung und Ausdrucksstärke punktuell: Bewegungsqualität, Bewegungsverfält, Schwierigkeitsgrad, Rhythmik</p>

Jahrgangsstufe: 6 [22]	Dauer des UVs: 20 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 5.3/4
Thema des UV: Die Welt steht Kopf! – Die vorgegebenen Bewegungsanforderungen am Reck, Stufenbarren, Boden und Sprung für die BJS übern und erweitern		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c - Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] Handlungssteuerung [c] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren [6 BWK 5.2] grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [6 BWK 5.3] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1] unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] MK <ul style="list-style-type: none"> einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1] verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1] UK <ul style="list-style-type: none"> einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p>Inhalte: Erlernen und Erproben</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technische Lern- und Leistungsvoraussetzungen in der Grobform aneignen <p>Optimieren</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technische Lern – und Leistungsvoraussetzungen in der Feinform ausprägen • Konditionelle, koordinative sowie psychische Lern- und Leistungsvoraussetzungen verbessern (Haltekraft, Grifffestigkeit der Hände, Stützkraft) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundkenntnisse im Bereich der Kraft und Beweglichkeit (Spannen und Entspannen, Kräftigen und Dehnen) • Bewegungsvorstellung, -be-schreibung • Erweitern des digitalen Übungskataloges der Jg. 5 entsprechend der Vorgaben der BJS; jede Klasse a-d erstellt für eine der 4 Disziplinen eine Bilderreihe/ein Erklärvideos in Absprache mit den Lehrkräften • HST & SHT • Auf- & Abbau der Turngeräte 	<ul style="list-style-type: none"> • Demonstration • Geräte- und Partnerhilfen • Verbale Hilfen (auch Aneignung von Signalwörtern) • Fehlerkorrektur anhand von Beobachtungsbögen • Vom Einfachen zum Schweren (beginnend bei Übung 4) • selbständiges Arbeiten mit Hilfe von Stationskarten (MÜR) • Von der Grobform zur Feinform • Vom Können zur variablen Verfügbarkeit <p>Fachbegriffe / Arbeitsmethode</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entwickeln und Erproben • Soll-/ Istwert- Vergleich, Partnerkorrektur mit dem iPad • Erlernen von einer Bewegungsvorstellung 	<p>Reflektierte Praxis: (siehe Wettkampfübungen zu den BJS)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Boden: Ü 5 – 6 - Reck: Ü 4 – 6 - Stufenbarren: Ü 3 – 6 - Sprung Ü 4-6 <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - siehe Anlage „Beobachtungs- und Bewertungskriterien“ 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Sprung (je nach Könnensstand)</p> <p><u>Sprunghocke</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Aufhocken auf Kasten lang (70 bis 90 cm) - Aufhocken auf Kasten quer (70 – 90 cm) - Sprunghocke über Kasten quer 90 cm - Sprunghocke über Pferd 1,10 m - Sprunghocke über Pferd 1,20 m <p>oder</p> <p><u>Sprunggrätsche</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Bock 1,00 m - Pferd 1,10 m - Pferd 1,20 m. und <p>Stufenbarren Wettkampfübung 4 oder 5</p> <p>punktuell:</p> <p>Überprüfung beider Turnelemente:</p> <p><u>Felgaufschwung</u> (je nach Könnensstand)</p> <ul style="list-style-type: none"> - mit schräger Ebene - mit kleinem Kasten als Abdruckhilfe - Felgaufschwung mit Hilfestellung - Felgaufschwung mit Sicherheitsstellung <p><u>Handstand / Handstandabrollen</u> (je nach Könnensstand)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wandhandstand - Handstandabrollen vom hüfthohen Kasten - Handstandabrollen mit Hilfestellung - Handstandabrollen mit Sicherheitsstellung <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - siehe Anlage

Jahrgangsstufe: 6 [23]	Dauer des UVs: 20	Nummer des UVs im BF/SB: 3.3
<p>Thema des UV: „Abgerechnet wird zum Schluss“ – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch</p>		
<p>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</p>		<p>Inhaltsfelder: d - Leistung e - Kooperation und Konkurrenz c - Wagnis und Verantwortung</p>
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] Handlungssteuerung [c] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigniveau ausführen [6 BWK 3.2] einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen [6 BWK 3.3] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1] verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1] selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Anforderungen beim Werfen: Wurfbewegungen variieren! • grundlegende Unterscheidung des Werfens und Stoßens! • Phasierung von Wurfbewegungen • Bewegungsmerkmale beim Werfen • unterschiedliche Formen des Springens erfahren und erproben • unterschiedliche Anforderungen beim Springen: weit springen, hoch springen, hoch und weit springen • Unterschiedliche Anforderungen im leichtathletischen Mehrkampf <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsphasen, Bewegungsmerkmale: Anlauf-Auftaktbewegungen; Abwurf-Stoßen; Flugphase; Landung • Wettkampfrichter / -regeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Experimentieren mit unterschiedlichen Wurfgeräten - Erproben verschiedener Wurfformen • Erproben verschiedener Sprungformen und Entwickeln von Sprungübungen und -variationen • Vorbereitung eines Wettkampfes: Gruppeneinteilungen; Vorbereitung der Disziplinen mit Hilfsmitteln (Stoppuhr, Bandmaß, Harke...) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertungstabellen • Zeitplan • Stationenbetrieb 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Laufen, Springen, Werfen im Rahmen leichtathlet. Disziplinen • Unterschiedliche Formen des Werfens (s. Wurf-ABC) • Unterschiedliche Formen des Springens: weit springen, hoch springen, Springen im Rahmen leichtathletischer Disziplinen! <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsphasen: Anlauf, Absprung, Flugphase, Landung • Bewegungsphasen: Wurfauslage, Abwurf • Wettkampfgeregeln • Helfereinteilung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • selbstständige Nutzung des Lauf und Sprung-ABC zum Aufwärmen • Übungsformen zum Wurf-ABC beschreiben und systematisieren • Übungsformen zum Sprung-ABC beschreiben und systematisieren • Beobachungskriterium: Vielfalt der gefundenen Bewegungsformen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Übungen des Laufens, Springens, Werfens • Messen von Laufzeiten, Sprungweiten, Wurfweiten im Wettkampf • Beobachungskriterien: Bewegungsqualität; individuelle Leistungen nach der schulinternen LA-Tabelle

Spiele entdecken BF 2.3 und 2.4 fehlen

2.3 Grundsätze der fachmethodischen und –didaktischen Arbeit

Der Sportunterricht am CBG folgt den Prinzipien des **Doppelauftrages**, also einem erziehenden Sportunterricht. Der Unterricht ist durch schülerzentriertes und selbst gesteuertes Lernen geprägt. Die **Kompetenzorientierung** zeichnet sich dadurch aus, das im Sportunterricht erworbenes Wissen über sportliche Zusammenhänge sowie motorisches Können hinaus in unterschiedlichen Anforderungssituationen anwendbar und übertragbar sein.

Individualisierte Lernarrangements werden aufgrund der **Diagnose der Lernausgangslage** arrangiert und an den Stärken der Schülerinnen und Schüler orientiert.

Der Austausch über Ziele und Methoden sowie die Reflexion von Lernwegen und Lernprodukten erfolgt nach dem Prinzip der **reflektierten Praxis**. Eine Verknüpfung von Theorie und Praxis führt zu einem reflektierten Lernen und sichert Kenntnisse in den Kompetenzbereichen Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz.

Unterrichtsergebnisse werden gesichert und visualisiert, um den Erkenntnisweg zu verdeutlichen.

Die Mitgestaltung des Unterrichts durch Schülerinnen und Schüler u.a. unterschiedliche Formen der selbstständigen und kooperativen Lernens innerhalb eines Unterrichtsvorhabens gehören zu den Bestandteilen der sonstigen Mitarbeit und sind von allen Schülerinnen und Schülern in jedem Halbjahr zu erbringen.

2.4 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

Kompetentes sportliches Handeln besteht aus einer Vielzahl von Leistungsdimensionen, die über den reinen Bewegungsvollzug hinausgehen. Beispielhaft sei erwähnt, dass für Spielen, Üben, Trainieren und Gestalten nicht nur motorische, sondern auch kognitive, emotionale und soziale Kompetenzen erforderlich sind. Darum wird Leistungsbewertung immer alle Dimensionen berücksichtigen müssen, allerdings jeweils gewichtet bezüglich der angestrebten Ziele und des durchgeführten Unterrichts.

Die Bewertung in den jeweiligen Unterrichtsvorhaben sind der Spalte „Leistungsbewertung“ unter Kapitel 2.2 *Konkretisierung* zu entnehmen.

Die Bewertung im Bewegungsfeld *Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik* bezieht sich auf Leistungstabellen, welche dem Anhang zu entnehmen sind.

Hinweis:

Die Fachkonferenz trifft Vereinbarungen zu Bewertungskriterien und deren Gewichtung. Ziele dabei sind, innerhalb der gegebenen Freiräume sowohl eine Transparenz von Bewertungen als auch eine Vergleichbarkeit von Leistungen zu gewährleisten.

Grundlagen der Vereinbarungen sind § 48 SchulG, § 6 APO-S I sowie die Angaben in Kapitel 3 *Lernerfolgsüberprüfung und Leistungsbewertung* des Kernlehrplans.

2.5 Lehr- und Lernmittel

Die im Fach Sport eingesetzten Materialien werden im Folgenden für jedes Bewegungsfeld aufgeführt:

- **Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)**
- **Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen (2)**
- **Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)**
- **Bewegen im Wasser – Schwimmen (4)**
LASPO (2015) - Schwimmen unterrichten. Auer Verlag.
- ***Bewegen an Geräten – Turnen (5)***
Gerling, I. (2014) - Basisbuch Gerätturnen: Von Bewegungsgrundformen mit Spiel und Spaß zu Basisfertigungen. Meyer & Meyer Sport.
- **Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)**
Böttcher, H. (1997) – RopeSkipping – Sprung dich fit. Meyer & Meyer Verlag.
- **Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)**

Dreseler, S. (2017) Badminton: Unterrichtseinheiten für die 5.-10. Jahrgangsstufe. Auer Verlag.

Steinhöfer, D. (2011) – Basketball in der Schule. Phillipka Sportverlag.

Fischer, Zoglowek & Timm (1999) – Sportiv Volleyball. Klett Verlag.
- **Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootsport/Wintersport (8)**
- **Ringern und Kämpfen – Zweikampfsport (9)**

3. Entscheidungen zu fach- oder unterrichtsübergreifenden Fragen

Die Fachkonferenz erstellt eine Übersicht über die Zusammenarbeit mit anderen Fächern, trifft fach- und aufgabenfeldbezogene sowie übergreifende Absprachen, z. B. zur Arbeitsteilung bei der Entwicklung Curricula übergreifender Kompetenzen (ggf. Methodentage, Projektwoche, Facharbeitsvorbereitung, Schulprofil...) und über eine Nutzung besonderer außerschulischer Lernorte.

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.

5. Anhang