| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 1.1** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen - Aufwärmen** | A / **F** | **5** | 6 | alle BFs | 1 |

**Thema des UV: Warm-up - funktionsgerechtes Aufwärmen für sportliche Aktivitäten**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 1.1, 6 BWK 1.2, 6 MK 1.1, 6 UK 1.1**
**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 1.1 sich unter Anleitung sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an ausgewählten eigenen Körperreaktion wahrnehmen und steuern
- BWK 1.2 ihre Leistungsfähigkeit […] gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen zeigen und grundlegend beschreiben

**Methodenkompetenz:**

- MK 1.1 Allgemeine Aufwärmprinzipien (Allgemeine Erwärmung, Dehnung, funktionelle Kräftigung) allein und in der Gruppe anwenden

**Urteilskompetenz:**

- UK1.1 ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a1, **f1, f2**

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- IF a.1 Wahrnehmung und Körpererfahrung

**Gesundheit (f)**

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.1

**Thema des UV (BF 1.1): „Warm-up“ – funktionsgerechtes Aufwärmen für sportliche Aktivitäten** (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Allgemeines Aufwärmen<br>• Phasen des Aufwärmens<br>• Herz-Kreislauf-Erwärmung<br>• Dehnung, Mobilisation, Aktivierung<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Allgemeines / spezielles Aufwärmen<br>• Funktionsgymnastik<br>• Grundlagen der Anatomie (Bänder, Sehnen, Muskeln)<br>• Gesundheitsbegriff und Gesundheitsverständnis | • erproben verschiedener Aufwärmformen (Kleine Spiele, Lauf-ABC, Funktionsgymnastik...) und entwickeln von Aufwärmübungen im Hinblick auf allgemeines und funktionales Aufwärmen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Entwickeln und Erproben | **Gegenstände**<br>• Allgemeines Aufwärmen<br>• Phasen des Aufwärmens<br>• Herz-Kreislauf-Erwärmung<br>• Dehnung, Mobilisation, Aktivierung<br>• Fang- und Laufspiele<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Funktionsgymnastik<br>• Kleine Spiele | **prozessbegleitend:**<br>• Lernfortschritt<br>• Konditionelle Fähigkeit verbessern<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Willensstärke<br>• Motivation<br>• Zusammenarbeit<br><br>**punktuell:**<br>Beobachtungskriterien::<br>• Anleiten des Aufwärmens<br>• Mitmachen – sich anleiten lassen<br>• Bewegungsqualität |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 1.2** | **Päd. Perspektive leitend**/ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV** | **Vernetzung mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen - Entspannungstechniken** | **A** / F | **6** | 6 | | 20 |

**Thema des UV: „Ich werde fit und entspanne mich“ – in fitnessorientierten Spielen Leistung zeigen und sich durch Entspannungstechniken regenerieren**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 1.2 ihre Leistungsfähigkeit (z. B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen zeigen und grundlegend beschreiben
- BWK 1.3 eine grundlegende Entspannungstechnik (z. B. Phantasiereise, Entspannungsmassage) angeleitet ausführen sowie die hervorgerufenen Wirkungen beschreiben.

**Urteilskompetenz:**

- UK 1.1 ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a2**, f2, f3

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- IF a.2 Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

**Gesundheit (f)**

- IF f.2 Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens
- IF f.3 unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.2

**Thema des UV (BF 1.2): „Ich werde fit und entspanne mich" – in fitnessorientierten Spielen Leistung zeigen und sich durch Entspannungstechniken regenerieren** (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Individuelle Einschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit<br>• Belastung und Entspannung als Gegenpole kennenlernen und als Wechselwirkung erfahren<br>• Kriterien für eine Entspannungstechnik<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Entspannungstechniken (Autogenes Training, Phantasiereisen etc.<br>• Fitness-Spiele<br>• Grundlagen der Anatomie (Bänder, Sehnen, Muskeln) – Vorgang Anspannung und Entspannung in Muskeln<br>• Gesundheitsbegriff und Gesundheitsverständnis | • Erproben verschiedener fitnessorientierter Spielformen zur Steigerung der Leistungsfähigkeit (Lauf ABC, Ausdauertraining, Mensch-ärger-dich-nicht Spiel)<br>• Erprobung von verschiedenen Entspannungstechniken im Cool-Down | **Gegenstände**<br>• Leistungsfähigkeit (Ausdauer, Schnelligkeit, Kraft, Koordination, Kondition)<br>• Entspannungstechniken (Phantasiereise, Entspannungsmassagen, Grundzüge des autogenen Trainings)<br>• Funktion, Aufbau und Wirkung von Entspannung | **prozessbegleitend:**<br>• Lernfortschritt<br>• Ausführung der Entspannungstechniken<br>• Beschreiben der hervorgerufenen Wirkungen<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Motivation<br>• Durchführung der Entspannungstechniken<br><br>**punktuell:**<br>Beobachtungskriterien::<br>• Entspannungstechniken benennen und präsentieren können.<br>• Bewegungsqualität |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 1.3** | **Päd. Perspektive leitend**/ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzung mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen - Aufwärmen** | **A** / F | **7** | 8 | BF 3 | 27 |

**Thema des UV: Sport ist so vielseitig! – Sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten**

**Kompetenzerwartungen: 8 BWK 1.1, 8 BWK 1.2, 8 MK, 8 MK 1.2, 8 UK 1.1.**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 1.1 sich selbstständig funktional – allgemein und in Ansätzen sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse grundlegend planen sowie dabei die Intensität des Prozesses an den Körperreaktionen wahrnehmen und steuern.
- BWK 1.2 ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen unter Anleitung weiterentwickeln und dies in einfachen sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen.

**Methodenkompetenz:**

- MK 1.1 Elemente eines Aufwärmprozesses (z. B. Kräftigungs- und/oder Dehnübungen,) nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten.
- MK 1.2 grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten in Ansätzen beschreiben.

**Urteilskompetenz:**

- UK 1.1 ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2,** f1, f2

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- IF a.1 Wahrnehmung und Körpererfahrung
- IF a.2 Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

**Gesundheit (f)**

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.3

**Thema des UV (BF1.3): Sport ist so vielseitig! – Sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten.** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Elemente des Aufwärmens<br>• Kriterien für ein gutes Aufwärmen – Übertragung auf ein Spiel zum Aufwärmen<br>• Effekte des Aufwärmens<br>• selbständige Gestaltung von Aufwärmprogrammen<br>• Beurteilung von durchgeführten Aufwärmprogrammen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Allgemeines/Spezielles Aufwärmen<br>• Intensität<br>• Funktionalität<br>• Organisation | • Selbständige Planung, Gestaltung und Durchführung von Aufwärmphasen im Unterricht<br>• Feedback zum Aufwärmprogramm geben (reflektierte Praxis)<br><br>**Fachbegriffe:**<br>• allgemeines/spezielles Aufwärmen<br>• Laufteil<br>• Dehnen<br>• Kräftigen<br>• Feedback | **Gegenstände**<br>• Unterschiedliche Gestaltung des Laufteils<br>• Basis-Dehnübungen<br>• Basis-Kraftübungen<br>• Auf spätere Belastung angepasstes spezielles Aufwärmen<br>• Feedback<br>• Gesundheitsaspekt des Aufwärmens<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Statisch/dynamisch<br>• Anregung Herz-Kreislauf<br>• Beanspruchte Muskulatur | **prozessbegleitend:**<br>• selbständiges Arbeiten<br>• Gestaltung eines Aufwärmens<br>Beobachtungskriterien:<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Motivation<br>• Durchführung des Aufwärmprogramms<br><br>**punktuell:**<br>• Elemente eines Aufwärmprozesses nach vorgegebenen Kriterien anleiten können |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 1.4** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzung mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen - Fitness- und Konditionstraining** | **A** / F | **8** | 8 | | 35 |

**Thema des UV: „Fit wie ein Turnschuh“ – Kräftigungsübungen im Zirkel kennenlernen und erproben**

**Kompetenzerwartungen: 8 BWK 1.2, 8 BWK 1.3, 8 MK 1.1, 8 MK 1.2, 8 UK 1.1, 8 UK 1.2**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 1.2 ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen unter Anleitung weiterentwickeln und dies in einfachen sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen.
- BWK 1.3 eine komplexere Entspannungstechnik (z.B. progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Yoga) unter Anleitung ausführe und deren Funktion, Aufbau und Wirkung beschrieben.

**Methodenkompetenz:**

- MK 1.1 Elemente eines Aufwärmprozesses (z. B. Kräftigungs- und/oder Dehnübungen,) nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten.
- MK 1.2 grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten in Ansätzen beschreiben.

**Urteilskompetenz:**

- UK 1.1 ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.
- UK 1.2 gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale grundlegend beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2**, f1, f2

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- IF a.1 Wahrnehmung und Körpererfahrung
- IF a.2 Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

**Gesundheit (f)**

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.4

**Thema des UV (BF1.4): „Fit wie ein Turnschuh“ – Kräftigungsübungen im Zirkel kennenlernen und erproben** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Gesundheitsorientiertes Krafttraining<br>• Grundlegende Prinzipien des Krafttrainings<br>• Leistungsfähigkeit als individueller Prozess<br>• Körper und Reaktion auf Belastung wahrnehmen<br>• Einen Kraftzirkel zum Ganzkörpertraining erstellen.<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Verschiedene Kraftarten (Maximalkraft, Schnellkraft etc.)<br>• Grundlagen der Anatomie beim Krafttraining (Muskelaufbau, Arbeitsweise Muskel, Beuger – Strecker, Bewegungsapparat)<br>• Gesundheitsbegriff und Gesundheitsverständnis, Körperideale | • Durchführung von Münchner Fitnesstest<br>• Demonstration durch Lehrkraft<br>• Vom einfachem zum schweren<br>• Zirkeltraining – Vielfältige Erprobung von Kraft- und Kräftigungsübungen in Kleingruppen<br>• Angeleitete Erarbeitung von Grundbegriffen des Krafttrainings<br>**Fachbegriffe:**<br>• Serie, Satz, Wiederholung<br>• Trainingsaufbau | **Gegenstände**<br>• Methoden zur Diagnose und Verbesserung der Leistungsfähigkeit (z.B. Münchener Fitnesstest)<br>• Kraft- bzw. Kräftigungsübungen (Übungen mit dem eigenen Körpergewicht, kleinen Gewichten, Geräten)<br>• Körperideale<br>• Grundprinzipien des Trainings<br><br>**Fachbegriffe:**<br>• Trainingsprinzipien<br>• Gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen | **prozessbegleitend:**<br>• Lernfortschritt<br>• Ausführung der Kraftübungen<br>• Übungen selbstentwickeln – Gestaltung einer Stationskarte<br>Beobachtungskriterien:<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Ermüdungswiderstandsfähigkeit<br>• Motivation<br>• Reflexionsfähigkeit<br><br>**punktuell:**<br>• Kurzer schriftlicher Test |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 1.5** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzung mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen – Entspannungstechniken** | **A** / F | **9** | 10 | | 43 |

**Thema des UV: „Im Gleichgewicht“ – Die Balance von Anstrengung und Entspannung finden.**

**Kompetenzerwartungen: 10 BWK 1.1, 10 BWK 1.3, 10 MK 1.2, 8 UK 1.1, 8 UK 1.2**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 1.1 sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen.
- BWK 1.3 unterschiedliche Entspannungstechniken (z. B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben.

**Methodenkompetenz:**

- MK 1.2 grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung der Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen.

**Urteilskompetenz:**

- UK 1.1 ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen beurteilen.
- UK 1.2 gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1,** f2

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- IF a.1 Wahrnehmung und Körpererfahrung

**Gesundheit (f)**

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.5

**Thema des UV (BF1.5) „Im Gleichgewicht“ – Die Balance von Anstrengung und Entspannung finden.**

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Yoga als Fitnesstrend (Anstrengung und Entspannung - Kräftigungsübungen)<br>• Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung als Entspannungstechniken kennenlernen<br>• koordinative und konditionelle Fähigkeiten verbessern<br>• Beweglichkeit steigern<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Atemtechnik<br>• Entspannungs- und Konzentrationsfähigkeit<br>• Körperbewusstsein<br>• Körper-Geist-Atem | • Demonstration durch Lehrkraft<br>• Vom Einfachem zum Schweren<br>• Angeleitete Erarbeitung von den Grundtechniken<br>• Stationsarbeit und Expertenpuzzle zur Erarbeitung der verschiedenen Übungen/Positionen im Yoga<br>**Fachbegriffe:**<br>• Fachbegriffe zu den Positionen im Yoga | **Gegenstände**<br>• Gesundheitsbegriff und Körperideale<br>• Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Yoga<br><br>**Fachbegriffe:**<br>• Fachbegriffe der einzelnen Techniken (Bsp. Yoga – Asans)<br>• Gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen | **prozessbegleitend:**<br>• Entspannungstechniken nennen und unter Anleitung ausführen können.<br>• eigenen Yoga Flow (Fließender Ablauf von Positionen und Bewegungen) erstellen.<br>Beobachtungskriterien:<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Motivation<br>• Reflexionsfähigkeit<br>• Mitarbeit in Stundengestaltung |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 1.6** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzung mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen – Funktionsgymnastik und Haltungsaufbau** | A / **F** | **10** | 8 | | 53 |

**Thema des UV: „Wir wirken Fehlstellungen entgegen“ - Leitziele für ein gesundheitsorientiertes Krafttraining entwickeln**

**Kompetenzerwartungen: 10 BWK 1.1, 10 BWK 1.2, 10 MK 1.2, 8 UK 1.1, 8 UK 1.2**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 1.1 sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen.
- BWK 1.2 ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in komplexeren sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen.

**Methodenkompetenz:**

- MK 1.2 grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung der Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen..

**Urteilskompetenz:**

- UK 1.1 ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen beurteilen.
- UK 1.2 gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a2, a3, **f1, f2, f3**

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- IF a.2 Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- IF a.3 Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

**Gesundheit (f)**

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.6

**Thema des UV (BF1.6) „Wir wirken Fehlstellungen entgegen“ - Leitziele für ein gesundheitsorientiertes Krafttraining entwickeln**

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Grundlegende Prinzipien des gesundheitsorientierten Krafttrainings<br>• Haltungsschäden und Fehlstellungen<br>• richtiges Training (Kräftigungsübungen) zum Entgegenwirken von Fehlstellungen<br>• Rückenfitness<br><br>**Fachbegriffe**<br>• muskuläre Dysbalancen<br>• Basiswissen Aufbau der Wirbelsäule, Füße<br>• gesunde Körperhaltung (gesunde Sitzhaltungen)<br>• Gesundheitsbegriff und Gesundheitsverständnis, Körperideale | • Test: Wie fit ist mein Rücken? – Ermittlung der Ausgangslage<br>• Demonstration durch Lehrkraft<br>• Stationsarbeit<br>• Zirkeltraining<br>• Trainingsprogramme | **Gegenstände**<br>• Gesundheitsbegriff und Körperideale<br>• Kräftigungsübungen<br>• Grundprinzipien des Trainings<br><br>**Fachbegriffe:**<br>• Muskuläre Balancen<br>• Fehlstellungen | **prozessbegleitend:**<br>• Entwicklung eigener Übungen zu vorgegebenen Muskelgruppen<br>Beobachtungskriterien:<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Motivation<br>• Reflexionsfähigkeit<br>• Mitarbeit in Stundengestaltung<br>**Punktuell:**<br>• Portfolio<br>• schriftlicher Test: Entwicklung von Kräftigungsübungen für Daheim |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 2.1** | **Päd. Perspektive leitend**/ergänzend | **Jahrg.Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzung mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen** | **E** / F | **5** | 8 | | 2 |

**Thema des UV: Völkerball mal anders – Variationen des Spiels Völkerball entwickeln und erproben**

**Kompetenzerwartungen 6 BWK 2.1, 6 BWK 2.3, 6 MK 2.1, 6 UK 2.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 2.1 Grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden
- BWK 2.3 kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und Grundregeln – orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial – selbständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen

**Methodenkompetenz:**

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

**Urteilskompetenz:**

- UK 2.1 Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e1, e2, e3**, f1

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

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

**Gesundheit (f)**

- IF f.1 Unfall- und Verletzungsprophylaxe

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 2.1

**Thema des UV (BF 2.1): Völkerball mal anders – Variationen des Spiels Völkerball erarbeiten** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Unterschiedliche Anforderungen im Spielprozess<br>• Phasen der Spielentwicklung und -erprobung<br>• unterschiedliche Funktionen von Regeln kennenlernen<br>• eine Völkerballvariation gemeinsam erarbeiten, umsetzen und dokumentieren<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Allgemeine Spielfähigkeit<br>• Kooperations- und Konkurrenzsituationen<br>• Spielentwicklung und Erprobung<br>• Regelkategorien (Raum, Zeit, Mitspieler, Material, Handlungsmöglichkeiten) | • Veränderung des Spiels Völkerball<br>• Spiele richtig organisieren und durchführen unter Beachtung grundlegender Sicherheitsvorgaben im SU<br><br>**Fachbegriffe:**<br>• Entwickeln und Erproben<br>• Spielbeobachtung – Regelbeobachtungen in für den spielgestalterischen Prozess nutzbar machen | **Gegenstände**<br>• Völkerball mit veränderten Regeln erproben<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Regelkategorien: Raum, Zeit, Mitspieler, Material, Handlungsmöglichkeiten,…<br>• Kriterien für ein gelungenes Spiel (Abwechslung, Sicherheit, Bewegungszeit, Spielfluss…) | **unterrichtsbegleitend:**<br>• Regelideen und -änderungen in angemessener Form einbringen und umsetzen bzw. einhalten<br>• Spielbeobachtungen durchführen und konstruktive Rückmeldung geben<br>Beobachtungskriterien:<br>• Erarbeitung einer Völkerballvariation innerhalb der Gruppe (Arbeits- und Sozialverhalten, Fairness, Kritikfähigkeit, Teamfähigkeit)<br>**punktuell:**<br>• Präsentation der Völkerballvariation mit den entsprechend ausformulierten Regelkategorien<br>Beobachtungskriterien:<br>• Beachtung der erarbeiteten Kriterien |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 2.2** | **Päd. Perspektive leitend**/ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzung mit UV Std.** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen** | A / **E** | **6** | 6 | | 19 |

**Thema des UV: „Lass uns spielen“ – kleine Spiele kennenlernen und nach eigenen Regeln verändern und einhalten**

**Kompetenzerwartungen 6 BWK 2.1, 6 BWK 2.2, 6 BWK 2.3, 6 MK 2.1, 6 UK 2.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 2.1 Grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden
- BWK 2.2 einfache Bewegungsspiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele – auch eigenverantwortlich – fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Gelingensbedingungen benennen und erläutern.
- BWK 2.3 kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und Grundregeln – orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial – selbständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen

**Methodenkompetenz:**

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

**Urteilskompetenz:**

- UK 2.1 Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a1, a2, **e1, e2, e3,e4**

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- IF a.2 Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- IF a.3 Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 2.2

**Thema des UV (2.2): „Lass uns spielen“ – kleine Spiele kennenlernen und nach eigenen Regeln verändern und einhalten** (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Phasen der Spielentwicklung und -erprobung<br>• Aufgabenstellungen sollen wenig materialaufwendig sein, um einen Transfer in die Pausengestaltung und Freizeit zu gewährleisten<br>• Kleine Spiele mit Bällen und anderen Spielgeräten<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Fairness<br>• Teamwork<br>• Kooperation und Konkurrenz<br>• Regelwerk | • Partner- und Gruppenarbeit<br>• Kooperations- und Wettkampfspiele<br>• Bewertungsrunden<br><br>**Fachbegriffe:**<br>• Partnerarbeit/Gruppenarbeit<br>• Vom Miteinander zum Gegeneinander<br>• Sozialkompetenz<br>• Erproben und Experimentieren | **Gegenstände**<br>• Bewegungsspiele aufgrund unterschiedlicher Rahmenbedingungen durchführen, variieren und bewerten<br>• Eigene Regeln entwickeln<br><br>**Fachbegriffe**<br>• New Games<br>• Staffelspiele<br>• Turnspiele | **unterrichtsbegleitend:**<br>• Kooperationsfähigkeit<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Umsetzungsfähigkeit<br>• Mitarbeit in Bewertungsphasen<br>**punktuell:**<br>• Einspielen im Mannschaftsspiel |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 2.3** | **Päd. Perspektive leitend**/ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzung mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen** | A / **E** | **7** | 6 | | 31 |

**Thema des UV (BF 2.3): „Wir spielen mit Sinn und Verstand“ – Anwendung sportspielübergreifender Fähigkeiten in Bewegungs- und Sportspielen**

**Kompetenzerwartungen 8 BWK 2.1, 8 BWK 2.2, 8 MK 2.1, 8 UK 2.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 2.1 ausgewählte spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen an- wenden.
- BWK 2.2 in unterschiedlichen Spielen nach vorgegebenen Kriterien mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln.

**Methodenkompetenz:**

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

**Urteilskompetenz:**

- UK 2.1 Spiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunk- te, Aufgaben und Ziele grundlegend beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a1, a3, **e1, e2**

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- IF a.2 Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- IF a.3 Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen (BF 2.3)

**Thema des UV (2.3): „Wir spielen mit Sinn und Verstand“ – Anwendung sportspielübergreifender Fähigkeiten in Bewegungs- und Sportspielen** (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Überblick der motorischen und koordinativen Fähigkeiten als Grundlagen von Sportspielvarianten<br>• Kleine Spiele mit Bällen und anderen Spielgeräten<br>• Ballschule<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Fairness<br>• Teamwork<br>• Kooperation und Konkurrenz<br>• Regelwerk | • Partner- und Gruppenarbeit<br>• Kooperations- und Wettkampfspiele<br>• Bewertungsrunden<br>• Übungsphasen (Ballschule)<br><br>**Fachbegriffe:**<br>• Partnerarbeit/Gruppenarbeit<br>• Vom Miteinander zum Gegeneinander<br>• Erproben und Experimentieren | **Gegenstände**<br>• Bewegungsspiele aufgrund unterschiedlicher Rahmenbedingungen durchführen, variieren und bewerten<br>• Eigene Regeln entwickeln<br><br>**Fachbegriffe**<br>• New Games<br>• Ballspiele | **unterrichtsbegleitend:**<br>• Kooperationsfähigkeit<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Koordination und taktische Fertigkeiten<br>• Mitarbeit in Bewertungsphasen<br>**punktuell:**<br>• Turnierform |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich 2.4** | **Päd. Perspektive leitend**/ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzung mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen** | **E** | **8** | 8 | | 36 |

**Thema des UV (BF 2.4): „Wir sind ein Team“ – eigene Regeln für die Mannschaftssportart Volleyball entwickeln, analysieren und verändern**

**Kompetenzerwartungen 8 BWK 2.1, 8 BWK 2.2, 8 MK 2.1, 8 UK 2.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 2.1 ausgewählte spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiterentwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden.
- BWK 2.2 in unterschiedlichen Spielen nach vorgegebenen Kriterien mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln.

**Methodenkompetenz:**

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

**Urteilskompetenz:**

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

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e1, e2**

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 2.4

**Thema des UV (BF 2.4): „Wir sind ein Team“ – eigene Regeln für die Mannschaftssportart Volleyball entwickeln, analysieren und verändern** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Regeln des Volleyballs gemeinsam erarbeiten und umsetzten.<br>• Bedeutung von Regeln für das Mit- und Gegeneinander<br>• Bedingungen für das Gelingen vom Volleyballspiel<br>• Einführung der grundlegenden Techniken und Fertigkeiten<br>• Gruppentaktische Elemente im Spiel bis 4-4<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Ballannahme – Ballführung<br>• Baggern, Pritschen<br>• Spielentwicklung und Erprobung<br>• Spielregeln | • Stationsbetrieb<br>• Regelanpassung<br>• Individuelles Üben von Bewegungsabläufen (vom Einfachen zum komplexen)<br><br>**Fachbegriffe:**<br>• Differenzierungen | **Gegenstände**<br>• Grundlegende Techniken: Pritschen, Baggern, Aufschlag,<br>• Spielformen 2:2, 3:3, 4:4<br>**Fachbegriffe**<br>•<br>• Kriterien für ein gelungenes Spiel (Abwechslung, Sicherheit, Bewegungszeit, Spielfluss…) | **unterrichtsbegleitend:**<br>• Spielbeobachtung: situationsangemessene Umsetzung der erlernten gruppentaktischen Elemente im Spiel 3-3 und 4-4<br>• Motivation,<br>• Einsatz beim Arbeiten in Gruppen und während kognitiver/kreativer Phasen<br><br>**punktuell:**<br>• Präsentation eines Spiels im Team<br>• Techniktest |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich 2.5** | **Päd. Perspektive leitend**/ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzung mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen** | A / **E** | 9 | 10 | | 48 |

**Thema des UV: „Andere Länder, andere Spielen“ – Spiele aus verschiedenen Kulturkreisen kennenlernen und bewerten“**

**Kompetenzerwartungen 10 BWK 2.3, 10 MK 2.1, 10 UK 2.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 2.3 Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund selbstständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen.

**Methodenkompetenz:**

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

**Urteilskompetenz:**

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

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a2, e2, e3**

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- IF a.2 Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

- IF e.2 soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
- IF e.3 (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 2.5

**Thema des UV (BF 2.5): „Andere Länder, andere Spielen“ – Spiele aus verschiedenen Kulturkreisen kennenlernen und bewerten“** (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Kennenlernen von unterschiedlichen Spielideen aus verschiedenen Kulturkreisen (bspw. Indiaca, Ultimate Frisbee, Floorball)<br>• Regeln, Normen, Werte, Spielideen und Spielziele ausprobieren, diskutieren, auswerten und beurteilen<br>**Fachbegriffe**<br>• Bewegungsmerkmale<br>• Materialbehandlung<br>• Rückschlagspiel<br>• Angriffs- und Abwehrtaktik | • Systematische Einführung (spielgemäß)<br>• Kulturellen Kontext berücksichtigen<br>• Erweiterung des Erfahrungshorizonts<br>• Spielerfahrene Schüler einbinden | **Gegenstände**<br>• Entwicklungsgeschichte der Spiele<br>• Besondere Technikmerkmale<br>• Besonderheiten der Angriffs- und Abwehrtaktik | **unterrichtsbegleitend:**<br>• Beobachtungsbögen<br>• Teilaufgaben lösen Punktuell<br>**punktuell:**<br>• Überprüfung einzelner Technikmerkmale<br>• Überprüfung des Spielverhaltens<br>• Beurteilung von Organisation und Schiedsrichtertätigkeit<br>**Beobachtungskriterien::**<br>• •Praktizierung regelgerechten und zielgerichteten Spielverhaltens |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich 2.6** | **Päd. Perspektive leitend**/ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzung mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen** | **E** | **10** | 8 | | 58 |

**Thema des UV: „Den Punkt entscheiden wir“ – Regeln für Torschussspiele verändern und festlegen“**

**Kompetenzerwartungen 10 BWK 2.1, 10 BWK 2.2, 10 MK 2.1, 10 UK 2.2**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

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

**Methodenkompetenz:**

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

**Urteilskompetenz:**

- UK 2.2 Heterogenitätsdimensionen (körperliche Voraussetzungen, Geschlecht, Leistungsunterschiede, soziokulturelle Hintergründe) erkennen und beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e1, e2, e3**

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 2.6

**Thema des UV (BF 2.6): „Den Punkt entscheiden wir“ – Regeln für Torschussspiele verändern und festlegen“** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Kennenlernen von unterschiedlichen Torschussspielen<br>• Eigene Torschussspiele entwickeln<br>• Regeln ausprobieren, verändern und ggfs. neu festlegen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Spielidee<br>• Mannschaftsbildung<br>• Soziales Verhalten<br>• Spielphasen<br>• Regeln | • Erproben und Experimentieren mit den konstitutiven Regeln (z.B. unterschiedliche Spielmaterialien, Spielfeldgröße, Mannschaftsgröße, ...) in der Halle oder auch außerhalb<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Fairness<br>• Regelbewusstsein<br>• Motivation<br>• Arbeit in Kleingruppen (Verantwortungsübernahme) | **Gegenstände**<br>• Torschussspiele | **unterrichtsbegleitend:**<br>• Spielformen demonstrieren und beschreiben<br>**punktuell:**<br>--<br>**Beobachtungskriterien::**<br>• Spielqualität - alle nehmen am Spiel teil<br>• Vielfalt der gefundenen Spielformen herausstellen |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.1** | **Päd. Perspektive (leitend/**ergänzend) | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Laufen, Springen, Werfen** | A / **D** | **5** | 6 | | 8 |

**3, 2, 1 – Los! – Wir üben und trainieren für einen Leichtathletik-Wettkampf**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 3.1, 6 BWK 3.2, 6 BWK 3.4, 6 MK 3.1, 6 MK 3.2, 6 UK 3.2**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 3.1 grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) ausführen und in Variation, in Spielform sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden
- BWK 3.2 leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitsniveau individuell oder teamorientiert ausführen
- BWK 3.4 einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen

**Methodenkompetenz:**

- MK 3.1 leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen
- MK 3.2 grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden

**Urteilskompetenz:**

- UK 3.2 die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a2, a3, **d1, d2**

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

- IF a.2: Informationsaufnahme und-verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- IF a.3: Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

**Leistung (d)**

- IF d.1: Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
- IF d.2: Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3.1

**Thema des UV (BF 3.1): „3, 2, 1 – Los!“ – Wir üben und trainieren für einen Leichtathletik-Wettkampf** (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Bewegungsfolge des Schlagwurfes<br>• Bewegungsfolge des Weitsprungs<br>• Laufschulung<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Bewegungsphasen beim Springen und Werfen (Anlauf, Absprung, Flug- u. Landephase; Anlauf – Abwurf) | • Stationen zur Wurf- und Sprungschulung<br>• Laufspiele<br>• Beobachtungsbögen (Selbst- und Fremdbeobachtung) | **Gegenstände**<br>• Würfe über Hindernisse<br>• Würfe im Stand Würfe hoch und weit<br>• Vielfältige Wurfspiele<br>• Reaktions- und Sprintspiele<br>• Anlauf und Absprung beim Weitsprung<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Startkommando | **unterrichtsbegleitend:**<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Individueller motorischer Fortschritt<br>• Sicherer Auf- und Abbau<br>• Beteiligung in den Reflexionsphasen<br>Beobachtungskriterien:<br>• Bewegungsqualität<br>• Hilfsbereitschaft<br>• Durchhaltevermögen<br><br>**punktuell**<br>• Dreikampf (50m, Schlagwurf, Weitsprung)<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Punktetabelle der BJS<br>• Selbst erstelltes Punktesystem |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.2** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik** | **A**, D, F | **6** | 4 | | 17 |

**Thema des UV: „Ganz schön aus der Puste“ – spielerisches Ausdauertraining und Wahrnehmung körperlicher Reaktionen auf Anstrengung**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 3.3, 6 MK 3.1, 6 MK 3.2, 6 UK 3.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**
- BWK 3.3 beim Laufen eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) gesundheitsorientiert (ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit) erbringen sowie grundlegend körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben.

**Methodenkompetenz:**
- MK 3.1 leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen.
- MK 3.2 grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden.

**Urteilskompetenz:**
- UK 3.1 die individuelle Gestaltung des Lauftempos bei einer Mittelzeitausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1**, d1, f2

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**
- IF a.1 Wahrnehmung und Körpererfahrung

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

**Gesundheit (f)**
- IF f.2 grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3.2

**Thema des UV (BF 3.2): „Ganz schön aus der Puste“ – spieleresches Ausdauertraining und Wahrnehmung körperlicher Reaktion auf Anstrengung** (4 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Vermittlung von Spaß am ausdauernden Laufen<br>• Erkennen und Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit<br>• Anpassung der Belastungsintensität an die eigene Leistungsfähigkeit und die von anderen (z.B. bei Mannschaftsaufgaben) – zwischen Unter- und Überforderung („Laufen ohne zu Schnaufen“, „Quasseltempo“)<br>• Körperreaktionen in Belastungs- und Erholungsphasen (Atmung, Herzfrequenz, „Puddingbeine“, Schwitzen…)<br>**Fachbegriffe**<br>• anaerob - aerob | • Überwiegend spielerisch orientierte Bewegungsaufgaben mit dem Schwerpunkt auf dem Belastungsumfang und nicht der Belastungsintensität (aerobe Belastungen)<br>• Einzel-, Partner- und Teamwettbewerbe<br>• Beobachtungsbögen zu eigenen Körperreaktionen und dem individuellen Belastungsempfinden<br>**Fachbegriffe**<br>• Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) | **Gegenstände**<br>• Laufen mit Hindernissen<br>• Laufen mit speziellen Aufgaben (Figuren laufen, Rhythmus, variierende Geschwindigkeiten, Dreieckslauf…)<br>• Laufen mit Zeitvorgaben (Zeitschätzläufe, Minutenläufe, Umkehrläufe, das Alter in Minuten laufen)<br>• Laufen in wechselndem Gelände (Rundbahn, Halle, Wiese, Kunstrasen)<br>• Laufen in Wettspielform (Sammelaufgaben, Staffeln, Memoryläufe, Variationen von kleinen und großen Spielen) | **unterrichtsbegleitend:**<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Durchhaltevermögen<br>**punktuell:**<br>• eine nicht normierte MZA I (bis 10 Minuten) erbringen<br>Beobachtungskriterien:<br>• Laufen ohne Unterbrechung |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.3** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik** | D, **E** | **7** | 8 | | 20 |

**Thema des UV: „Wir agieren im Team“ – Laufen, Springen, Werfen in spielerischen Wettkampfsituationen erproben**

**Kompetenzerwartungen: 8 BWK 3.1, 8 BWK 3.2, 8 MK 3.1, 8 UK 3.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 3.1 technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) leichtathletischer Disziplinen ausführen und erläutern sowie für das Aufwärmen nutzen.
- BWK 3.2 leichtathletische Disziplinen (u. a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitsniveau individuell und teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen.

**Methodenkompetenz:**

- MK 3.1 unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren.

**Urteilskompetenz:**

- UK 3.1die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** d1**, e1, e4**

**Leistung (d)**

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

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

- IF e.1 Unfall- und Verletzungsprophylaxe
- IF e.4 Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3.3

**Thema des UV (BF 3.3): „Wir agieren im Team“ – Laufen, Springen, Werfen in spielerischen Wettkampfsituationen erproben** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Werfen in unterschiedlichen Anforderungssituationen<br>• Springen mit vielen Bewegungsvarianten (beid/einfüßig; Hock/Streck/Nieder)<br>Fakultativ:<br>• Leistungsstärke der Klasse einschätzen/beurteilen<br>• Biathlon anhand der Ergebnisse konzipieren, durchführen und bewerten<br>• Gemeinsam Lösungen für Probleme/Aufgaben finden<br>Fachbegriffe<br>• Bewegungsphasen beim Springen und Werfen (Anlauf, Absprung, Flug- u. Landephase; Anlauf – Abwurf) | • Gruppenfindungsprozesse und Partnerwahl nach definierten Maßstäben<br>• Normierte Wertungsbögen zum Biathlon erstellen und anwenden | **Gegenstände**<br>• Würfe über Hindernisse<br>• Würfe in Zielbereiche<br>• Würfe hoch und weit<br>• Würfe mit versch. Bällen und Gegenständen<br>• Vielfältige Wurfspiele<br>• Vielfältige Laufspiele/ Staffeln<br>• Springer gegen Läufer | **unterrichtsbegleitend:**<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Bewegungsqualität<br>**punktuell:**<br>• Wettspiele, in denen Werfen/Springen/Laufen kombiniert werden als Einzel/Teamwettbewerb (z.B. Biathlon) |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.4** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik** | **D**, F | **8** | 8 | | 35 |

**Thema des UV: Vielseitigkeit gefordert – leichtathletischen Dreikampf vorbereiten und gemeinsam durchführen**

**Kompetenzerwartungen: 8 BWK 3.3, 8 BWK 3.4, 8 MK 3.1, 8 UK 3.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 3.3 beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 20 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben.
- BWK 3.4 einen leichtathletischen Mehrkampf unter Berücksichtigung angemessenen, Wettkampfverhaltens durchführen und unter Berücksichtigung von Interessens- und Leistungsunterschieden variieren.

**Methodenkompetenz:**

- MK 3.1 unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren.

**Urteilskompetenz:**

- UK 3.1 die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen. (2)

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d1, d2,** f2

**Leistung (d)**

- IF d.1: Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
- IF d.2: Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

**Gesundheit (f)**

- IF f.2: grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens.

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3.4

**Thema des UV (BF 3.4): „Vielseitigkeit gefordert – leichtathletischen Dreikampf vorbereiten und gemeinsam durchführen** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Regelgerechte Ausführung der Disziplinen 50m Sprint, Weitsprung, Schlagballwurf, ausdauerndes Laufen<br>• Aufgaben eines Wettkampfrichters: Sicherheitsvorkehrungen einhalten, eigenständiges Messen<br>• Zielorientiertes Üben ermöglichen (Training für Wettkampfsituationen)<br>• die eigene Leistungsfähigkeit im Vergleich zu anderen erkennen und angemessen damit umgehen (Vielseitigkeit) | • Eigenverantwortliches Üben und Trainieren (allein und in Gruppen)<br>• individuelle Vorbereitung auf eine Wettkampfleistung (z.B. Aufwärmen, Anlaufstrecke individuell festlegen)<br>• Wettkampfstätten wettkampfgerecht herrichten<br>**Fachbegriffe**<br>• Grundlegende Wettkampfregeln zu den genannten Disziplinen<br>• Startkommando | **Gegenstände**<br>• Allgemeine Sprung-, Lauf- und Wurfschule<br>• Ausdauerndes Laufen<br>• 75m-Sprint aus dem Tiefstart<br>• Weitsprung<br>• Schlagballwurf aus dem Anlauf<br>**Fachbegriffe**<br>• Wettkampfregeln | **unterrichtsbegleitend:**<br>• angemessenes Trainings- und Wettkampfverhaltens<br>• Anstrengungsbereitschaft, Willensstärke und Motivation zeigen<br>• Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen<br>**punktuell:**<br>• (normierter) Dreikampf nach Punktwertung: hier: **Bundesjugendspiele** |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.5** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik** | **D**, F | **9** | 10 | | 47 |

**Thema des UV: „Hoch und weit hinaus“ – Hochsprung und Kugelstoßen oder Hürdenlauf auf Technik und Leistung trainieren**

**Kompetenzerwartungen: 10 BWK 3.1, 10 BWK 3.2, 10 MK 3.2, UK 3.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**
- BWK 3.1 leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch - koordinativem Fertigkeitsniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern.
- BWK 3.2 eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z. B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen.

**Methodenkompetenz:**
- MK 3.2 leichtathletische Wettkampfregeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten.

**Urteilskompetenz:**
- UK 3.1 die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d1, d2, d3,** f1

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

**Gesundheit (f)**
- IF f.1: Unfall- und Verletzungsprophylaxe.

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3.5

**Thema des UV (BF 3.5): „Hoch und weit hinaus“ – Hochsprung und Kugelstoßen oder Hürdenlauf auf Technik und Leistung trainieren (10 Stunden)**

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Erlernen einer neuen LA-Disziplin<br>• Grundlegende Merkmale der genannten Disziplinen in ihrer Funktion erläutern<br>• Leistung relativ – Individuelle Voraussetzungen in der Leichtathletik thematisieren und ihnen gerecht werden<br>• Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampfregeln in den genannten Disziplinen<br>• Messverfahren sachgerecht anwenden | • Selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen)<br>• individuelle Vorbereitung auf eine Trainingsleistung (z. B. Aufwärmen)<br>• Wettkampfstätten sachgerecht herrichten<br>• Lernaufgabe zum Erlernen der Technik sowie zur Recherche über die Technik<br>**Fachbegriffe**<br>• Grundlegende Wettkampfregeln zu den genannten Disziplinen<br>• Startkommando | **Gegenstände**<br>• Vom Standstoß zur Angleittechnik<br>• Vom freien Springen hin zur Flop<br>• Vom Hindernislaufen zum rhythmischen Hürdenlaufen<br>• Relativ-Wettkämpfe (z.B. Hochsprung relativ zur Körpergröße; Hürdenlaufzeit in Relation zur Sprintzeit)<br>**Fachbegriffe**<br>• Wettkampfregeln | **unterrichtsbegleitend:**<br>• Sich auf Unbekanntes einlassen<br>• Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben der Disziplinen zeigen<br>• angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten (z. B. Beim Aufwärmen) zeigen<br>• Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen<br>**punktuell:**<br>Techniküberprüfung - Merkmale<br>• Grobkoordination<br>• Bewegungsfluss (grundlegend)<br>• Bewegungsdynamik<br>• Bewegungsrhythmus |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.6** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik** | **D,** F | **10** | 8 | | 50 |

**Thema des UV: „Laufen wie Forrest Gump“ – Ausdauer in Theorie und Praxis vertiefend kennenlernen**

**Kompetenzerwartungen: 10 BWK 3.3, 10 BWK 3.4, 10 MK 3.2**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 3.3 beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 30 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben.
- BWK 3.4 einen weiteren leichtathletischen Wettkampf (Mehrkampf, Biathlon, Triathlon, Orientierungslauf, Spielfest) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und angemessenen Wettkampfverhaltens vorbereiten und durchführen

**Methodenkompetenz:**

MK 3.4 selbstständig für die Verbessrung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch) erfassen.

**Urteilskompetenz:**

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d1,** f2

**Leistung (d):**

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

**Gesundheit (f):**

- IF f.2 : grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3.6**

**Thema des UV (3.6): „Laufen wie Forrest Gump“ – Ausdauer in Theorie und Praxis vertiefend kennenlernen** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Individuelle Belastungen wahrnehmen und eigene Leistungsfähigkeit/ -defizite wahrnehmen<br>• pulsgesteuerte Dosierung der Laufgeschwindigkeit unter Berücksichtigung des optimalen Belastungspulses<br>• Merkmale körperlicher Reaktionen benennen können | • Dauermethode und (extensive) Intervallmethode als Hauptmethoden des aeroben Ausdauertrainings kennenlernen und durchführen<br>• Umgang mit Pulsuhren kennenlernen und seine Belastung so gezielt steuern | **Fachbegriffe**<br>• **(extensive) Intervallmethode**<br>• **Dauermethode**<br>• **Trainingspuls** | prozessbegleitend:<br>(L1, L5) Wille zur sportlichen Verbesserung, Trainingsfleiß, Kenntnisse elementarer Inhalte der Trainingslehre<br>(L14, L15) Mitarbeit in Reflexionsphasen, selbstständiger und sorgsamer Umgang mit Trainingsplänen und Pulsuhren<br>punktuell:<br>➔ ggf. 12-Minutenlauf oder 30-Minutenlauf nach normierter Leistungstabelle |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 4.1** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Bewegen im Wasser-Schwimmen** | **A** / C | 5 | 8-10 | | 9 |

## Thema des UV : Der Sprung ins kalte Nass – spielerische Bewegungsaufgaben zur Wassergewöhnung

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 4.1 das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotation (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen

**Methodenkompetenz:**

- MK 4.1 einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten
- MK 4.2 Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden.

**Urteilskompetenz:**

- UK 4.1 Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten in der jeweiligen Unterrichtsituation beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, a3,** c2

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung
- IF a.2: Informationsaufnahme und-verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- IF a.3: Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

**Leistung (c)**

- IF c.2: Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4.1

**Thema des UV (BF 4.1) : Der Sprung ins kalte Nass – spielerische Bewegungsaufgaben zur Wassergewöhnung** (8-10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Voraussetzungen für den weiteren Erwerb von Schwimm- und Tauchtechniken<br>• Erlernen von Atemtechniken<br>• Baderegeln<br>• Erfahren von Lageveränderungen im Wasser<br>• Gleiten<br>• Erste Sprünge ins Wasser<br>• Auftrieb, Vortrieb<br>• Vortrieb mit variablen Bewegungstechniken<br>• Kontrastschwimmen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Auftrieb, Vortrieb<br>• Atmung<br>• Wasserwiderstand<br>• Rückenlage<br>• Wasserlage<br>• Beinschlag | • Erproben und Experimentieren<br>• Einzelarbeit (EA)<br>• Partnerarbeit (PA)<br>• Vor- und Nachmachen<br>• Kleine Spielformen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Erproben und Experimentieren | **Gegenstände**<br>• Atemübungen<br>• Rollen über Längs- und Querachse<br>• Gleiten auf und unter dem Wasser in verschiedenen Lagen<br>• Baderegeln<br>• Spielformen zur Wassergewöhnung<br>• Unterschiedliche Fortbewegungsarten im Wasser kennenlernen<br>• Abbau von Ängsten vor Wasser<br>• Erste Sprünge ins Wasser<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Gleiten<br>• Beinschlag<br>• Rollen<br>• Längs- und Querachse<br>• Sprungformen | **prozessbegleitend:**<br>• Mitarbeit in den einzelnen Phasen<br>• Einhaltung und Kennen der Baderegeln<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Durchhaltevermögen<br>• Einhaltung der Baderegeln<br>• Durchführung der Übungen<br><br>**Punktuell:**<br>• Individuelles Schwimmvermögen<br>• Gleiten unter Wasser<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Bewegungsqualität<br>• Körperspannung<br>• Streckenlänge Gleitweg<br>• Fortbewegung |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 4.2** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Bewegen im Wasser-Schwimmen** | **A** / C | **5** | 8-10 | | 10 |

**Thema des UV: „Schwimmen wie ein Frosch" – Erarbeitung der Brustschwimmtechnik**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 4.2, 6 BWK 4.3, 6 BWK 4.4, 6 MK 4.1, 6 MK 4.2, 6 UK 4.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 4.2 eine Schwimmtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und einfacher Form der Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen
- BWK 4.3 eine Ausdauerleistung (ca. 10 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen
- BWK 4.3 das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u.a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen

**Methodenkompetenz:**

- MK 4.1 einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten
- MK 4.2 Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z.B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden

**Urteilskompetenz:**

- UK 4.1 Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten in der jeweiligen Unterrichtsituation beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, a3,** c2

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung
- IF a.2: Informationsaufnahme und-verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- IF a.3: Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

**Leistung (c)**

- IF c.2: Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4.2

**Thema der UV (BF 4.2): „Schwimmen wie ein Frosch“ – Erarbeitung der Brustschwimmtechnik** (8-10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Baderegeln<br>• Phasierung der Brustschwimmtechnik<br>• **Tauchzug nach Start**<br>• **Atemtechnik**<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Brustarmzug<br>• Brustbeinschlag<br>• Widerstand<br>• Tauchzug<br>• Gleichzugtechnik | • Einzelarbeit (EA) und Partnerarbeit (PA)<br>• Vor- und Nachmachen<br>• Mehrere Bahnen am Stück schwimmen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Teilbewegung<br>• Beobachtungsbogen<br>• Feedback | • Differenzierte Übungen zum Erlernen des Arm- und Beinzuges (Brett, Poolboy,…)<br>• Beinschlag, Armzug, Atmung<br>• Tauchzug<br>• Springen vom Startblock<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Brett<br>• Poolboy<br>• Startblock | **prozessbegleitend**<br>• Mitarbeit in den einzelnen Phasen<br>• Einhaltung der Baderegeln<br>• Individuelle Leistungsfähigkeit<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Aktive Mitarbeit<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Durchhaltevermögen<br><br>**Punktuell:**<br>• Präsentation des Brustschwimmens<br>• Abfrage der Baderegeln<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Bewegungsqualität |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 4.3** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Bewegen im Wasser-Schwimmen** | **A** | **6** | 8-10 | | 4.1 |

**Thema des UV: Vom Bauch auf den Rücken – Beim Erlernen des Rückenschwimmens die eigene Wassersicherheit verbessern**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 4.1 das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen
- BWK 4.2 eine Schwimmtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und einfacher Form der Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen

**Methodenkompetenz:**

- MK 4.1 einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten

**Urteilskompetenz:**

- UK 4.1 Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten in der jeweiligen Unterrichtsituation beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, a3**

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung
- IF a.2: Informationsaufnahme und-verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- IF a.3: Bewegungsstruktur und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4.3

**Thema des UV (BF 4.3): Vom Bauch auf den Rücken – Beim Erlernen des Rückenschwimmens die eigene Wassersicherheit verbessern** (8-10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Einführung in das Rückenschwimmen mit Start und Wende<br>• Festigung Brustschwimmen mit Start und Wende<br>• Atemtechnik<br><br>**Fachbegriffe**<br>• hohe Wenden<br>• Beinschlag<br>• Startkommando | • Bewegungsvorstellung anhand von Phasenbildern entwickeln<br>• Partnerarbeit<br>• Bewegungskorrektur<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Beobachtungsbögen<br>• Bewegungskorrektur<br>• non-verbale Kommunikation<br>• Auftriebshilfe | **Gegenstände**<br>• s.didaktische Entscheidungen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• s. didaktische Entscheidungen<br>• Zug-/Druckphase<br>• Unterwasserarmzug<br>• Gleitphase<br>• Schwimmlage<br>• Auftrieb | **prozessbegleitend:**<br>• Leistungsfortschritte<br>• Umsetzen von Korrekturen<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Konzentration in Übungsphasen<br>•<br><br>**Punktuell:**<br>• je Technik 25m sicher schwimmend mit einer anschließenden Wende<br>• (Vielfältigkeitswettkampf)<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Brust: gleichmäßige Schwimmbewegungen, richtige Atemtechnik, Taucharmzug nach Start und Wende<br>• Rücken: Gleichmäßige Schwimmbewegung, gestreckter Körper, Start/Wende mit einarmigen Unterwasserarmzug |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 4.4** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Bewegen im Wasser-Schwimmen** | A, **C** | **6** | 4-6 | folgende | 4.2 |

## Thema des UV : Höher und weiter – verschiedene Sprünge ausprobieren und kennenlernen

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 4.4 das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (…) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen

**Methodenkompetenz:**

- MK 4.1 einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten
- MK 4.2 Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (…) anwenden

**Urteilskompetenz:**

- UK 4.1 Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten in der jeweiligen Unterrichtsituation beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a1, **c1, c2, c3**

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung

**Wagnis und Verantwortung (c)**

- IF c.1: Spannung und Risiko
- IF c.2: Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst)
- IF c.3: Handlungssteuerung (u.a. Regeln u. Verfahren im Umgang mit Risiken, …)

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4.4**

**Thema des UV (BF 4.4): Höher und weiter – verschiedene Sprünge ausprobieren und kennenlernen** (4-6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Sprünge erproben: gehockt, gestreckt, kopfwärts, fußwärts, ohne und mit Anlauf<br>• Bewegungsmerkmale und –phasen des Startsprungs<br>• Sicherheit beim Springen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• gehockt, gestreckt, kopfwärts, fußwärts<br>• Startsprung<br>• Bewegungsmerkmale und –phasen<br>• Orientierungsfähigkeit | • angstfreies Erproben vielfältiger Sprünge aus selbstgewählter Höhe und in selbstgewählter steigender Anforderung (von Fuß zu Kopfsprung)<br>• Phasenstruktur zum Startsprung<br>• sichere OrGa des Sprungbetriebs<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Schülerdemonstration und Feedback | **Gegenstände**<br>• s. didaktische Entscheidungen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• s. didaktische Entscheidungen | **Unterrichtsbegleitend:**<br>• Beobachtung<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Fremd- und Selbstevaluation<br>• Selbst- und Mitverantwortung<br>• Leistungsbereitschaft<br>• Beiträge<br><br>**Punktuell**<br>• Technikdemonstration 3 aus 6 (Kopf, Start, Schritt, Fuß, Paket, Stecksprung)<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• technisch-koordinative Fertigkeiten |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 4.5** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Bewegen im Wasser-Schwimmen** | A **/ D** | **6** | 4-6 | folgende | 4.3 |

**Thema des UV: „Ich will besser werden!“ – In Rückenkraul- und Brustschwimmtechnik mit Start und Wende sicher schwimmen können**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 4.1 das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen
- BWK 4.2 eine Schwimmtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und einfacher Form der Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen

**Methodenkompetenz:**

- MK 4.1 einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten

**Urteilskompetenz:**

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a1, a2, a3, **d1, d2**

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung
- IF a.2: Informationsaufnahme und-verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- IF a.3: Bewegungsstruktur und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

**Leistung (d)**

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4.5

**Thema des UV (BF 4.5): „Ich will besser werden“ – In Rückenkraul und Brustschwimmtechnik mit Start und Wende sicher schwimmen können** (4-6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Brustschwimmen mit Start (ggf. Sitzstart) und Wende<br>• Rückenschwimmen mit Start und Wende<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Wettkampfregeln<br>• Startkommando<br>• Zielanschlag | • Üben in Intervallen<br>• Startübungen in der Wdh. Methode<br>• Partner- und Gruppenarbeit<br>• Beobachtungsbögen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Beobachtungsbögen<br>• Bewegungskorrektur<br>• Intervall | **Gegenstände**<br>• s. didaktische Entscheidungen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• s. didaktische Entscheidungen | **prozessbegleitend:**<br><br>Beobachtungskriterien:<br><br>**Punktuell:**<br>• Brust auf 25und 50m Zeit<br>• Rücken auf 25m Zeit<br><br>Beobachtungskriterien: |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 4.6** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Bewegen im Wasser-Schwimmen** | **D** | 6 | 6 | vorherige | 4.4 |

**Thema des UV: Auf die Dauer kommt es an – in einer selbstgewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 4.3, 6 UK 4.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 4.3 eine Mittelzeitausdauerbelastung (MZA I bis zu 10 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert (ohne Unterbrechung, in gleichförmigen Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit) erbringen

**Methodenkompetenz:**

**Urteilskompetenz:**

- UK 4.1 Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten in der jeweiligen Unterrichtsituation beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d1, d2, d3**

**Leistung (d)**

- IF d.1: Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
- IF d.2: Methoden zur Leistungssteigerung
- IF d.3: soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen – und Mannschaftsbildungsprozessen

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4.6

**Thema des UV (BF 4.6): Auf die Dauer kommt es an – In einer selbstgewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können (6 Stunden)**

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• ausdauerndes Schwimmen mit wechselnden Techniken<br>• Einschätzen der persönlichen Leistungsfähigkeit<br>• Sicherheitsregeln beim Baden und Schwimmen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Pulsmessung<br>• Unterkühlung<br>• Ausdauer beim Schwimmen | • Dauermethode (Kontinuierliches Schwimmen) in selbst gewähltem Tempo<br>• Extensives Intervalltraining<br>• Pyramidentraining<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Belastungssteuerung | **Gegenstände**<br>• s. didaktische Entscheidungen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• s. didaktische Entscheidungen | **prozessbegleitend:**<br>• Ausführungsqualität<br>• Einhaltung der Sicherheitsanweisungen<br><br>Beobachtungskriterien:<br><br>**Punktuell:**<br>• Ausdauerleistung bis 15 min<br><br>Beobachtungskriterien: |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 4.7** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Bewegen im Wasser- Schwimmen** | **D** / F | **6** | 5-10 | vorherige | 4.5 |

## Thema des UV : Jugendschwimmabzeichen Bronze und Silber

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 4.3, 6 BWK 4.4, 6 MK 4.1, 6 MK 4.2, 6 UK 4.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 4.3 eine Mittelzeitausdauerbelastung (MZA I bis zu 10 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert (ohne Unterbrechung, in gleichförmigen Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit) erbringen
- BWK 4.4 das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (…) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen

**Methodenkompetenz:**

- MK 4.1 einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten
- MK 4.2 Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (…) anwenden

**Urteilskompetenz:**

- UK 4.1 Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten in der jeweiligen Unterrichtsituation beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d1**, f1, f2

**Leistung (d)**

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

Gesundheit (f)

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4.7

**Thema des UV (BF 4.7): Jugendschwimmabzeichen Bronze und Silber** (5-10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• siehe Anforderungen Schwimmabzeichen B und S<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Zeitschwimmen<br>• Tieftauchen<br>• Streckentauchen<br>• Baderegeln | • Optimierung der Tauchtechniken unter Berücksichtigung des Druckausgleichs<br>•<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Funktionalität bekannter Schwimmelemente<br>• Übungsreihen<br>• Hyperventilieren<br>• Druckausgleich<br>• | **Gegenstände**<br>• s. didaktische Entscheidungen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• s. didaktische Entscheidungen | **prozessbegleitend:**<br>• Beobachtung<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Fremd- und Selbstevaluation<br>• Beiträge im Unterricht<br>• Anstrengungs- und Leistungsbereitschaft<br>• Beiträge<br><br>**Punktuell**<br>• :Technikdemonstration<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• technisch-koordinative Fertigkeiten |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 4.8** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Bewegen im Wasser-Schwimmen** | **A /** D | **7** | 8-10 | vorherige | 4.1 |

**Thema des UV: Ich bin doch kein Hund – Erlernen, Vertiefen und Anwenden der Kraulschwimmtechnik zur Wettkampfvorbereitung**

**Kompetenzerwartungen: 8 BWK 4.1, 8 BWK 4.2, 8 MK 4.2**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 4.1 technisch – koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch und Rückenlage sicher anwenden
- BWK 4.2 eine Wechselzugtechnik einschließlich der Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ und grundlegendem Niveau ausführen und Bewegungsmerkmale beschreiben

**Methodenkompetenz:**

- MK 4.2 vielfältige schwimmerische Wettkämpfe unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen grundlegend entwickeln und organisieren

**Urteilskompetenz:**

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, a3,** d1

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung
- IF a.2: Informationsaufnahme und-verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- IF a.3: Bewegungsstruktur und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

**Leistung (d)**

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4.8

**Thema des UV (BF 4.8): Ich bin doch kein Hund – Erlernen, Vertiefen und Anwenden der Kraulschwimmtechnik zur Wettkampfvorbereitung (8-10Stunden)**

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Erlernen der Grobform des Kraulen<br>• Anwendung des Startsprungs sowie einer geeigneten Wende<br>• Erwerb über die einzelnen Phasen der Kraulschwimmbewegung<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Strömung<br>• Wasserwiderstand<br>• Armzug<br>• Atmung<br>• Rollen um die Längsachse | • Ganzheitliche Heranführung an das Kraulschwimmen aus der Rollbewegung um die Längsachse herum<br>• schnelle Integration der Atmung<br>• Partnerfeedback<br>• Technikverbesserung durch individuelle Isolation der Teilbewegungen<br><br>**Fachbegriffe** | **Gegenstände**<br>• s. didaktische Entscheidungen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• s. didaktische Entscheidungen | **prozessbegleitend:**<br>• Beobachtung<br>• Beteiligung im Unterricht<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Fremd- und Selbstevaluation<br>• Beiträge im Unterricht<br>• Anstrengungs- und Leistungsbereitschaft<br>• Beiträge<br><br>**Punktuell:**<br>• Technikdemonstration inkl. Start und Wende<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Körperspannung<br>• Atmung<br>• Armzug<br>• Effektivität des Beinschlags<br>• Startsprung in allen Phasen<br>• Ende (Effektivität) |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 4.9** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Bewegen im Wasser-Schwimmen** | **D** | **7** | 2-4 | vorherige | 4.2 |

## Thema des UV: Schwimmwettkampf

**Kompetenzerwartungen: 8 BWK 4.1, 8 BWK 4.2, 8 BWK 4.6, 8 MK 4.2, 8 UK 4.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 4.1 technisch – koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch und Rückenlage sicher anwenden
- BWK 4.2 eine Wechselzugtechnik einschließlich der Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ und grundlegendem Niveau ausführen und Bewegungsmerkmale beschreiben
- BWK 4.6 vielfältige schwimmerische Wettkämpfe unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen durchführen

**Methodenkompetenz:**

- MK 4.2 vielfältige schwimmerische Wettkämpfe unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen grundlegend entwickeln und organisieren

**Urteilskompetenz:**

- UK 4.1 die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z.B. Leistungsaspekt) beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d1**

**Leistung (d)**

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4.9

**Thema des UV (BF 4.9): Schwimmwettkampf** (2-4Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Wettkampfdurchführung mit zwei aus drei<br>• Rücken, Brust, Kraul<br>• 1x 100m, 1x 25m<br><br>**Fachbegriffe**<br>• | • Wettkampforganisation<br><br>**Fachbegriffe**<br><br>• Zeitnehmer<br>• Wertungsrichter<br>• Starter | **Gegenstände**<br>• s. didaktische Entscheidungen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• s. didaktische Entscheidungen | **prozessbegleitend:**<br><br>Beobachtungskriterien:<br><br>**Punktuell:**<br>• Wettkampf<br>• Leistungskriterien Sportabzeichen bzw. BJS Schwimmen<br><br>Beobachtungskriterien: |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 4.10** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Bewegen im Wasser-Schwimmen** | A / **F** | **7** | 10-12 | ALLE | 4.3 |

**Thema des UV: Sich selbst retten können – Gefahren im Wasser sicher begegnen**

**Kompetenzerwartungen: 8 BWK 4.3, 8 BWK 4.4, 8 BWK 4.5, 8 UK 4.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 4.3 eine Ausdauerleistung in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen.
- BWK 4.4 Maßnahmen zur Selbstrettung und einfache Formen der Fremdrettung benennen, erläutern und anwenden
- BWK 4.5 nach dem Startsprung unter Wasser mit realistischer Einschätzung ihrer individuellen Fähigkeiten eine Tauchstrecke bewältigen

**Methodenkompetenz:**

**Urteilskompetenz:**

- UK 4.1 die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Rettungsschwimmen nach ausgewählten Kriterien (z.B. Leistungsaspekt) beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a1, **d1, f1, f2, f3**

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung

**Gesundheit (f)**

- IF f.1: Unfall- und Verletzungsprophylaxe
- IF f.2: Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens
- IF f.3: unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4.10

**Thema des UV (BF 4.10): Sich selbst retten können – Gefahren im Wasser sicher begegnen** (10-12 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Selbstrettung: sich selber retten können<br>• Fremdrettung: andere transportieren können<br>• Kriterien für angemessenes Handeln in Rettungssituationen klären und entsprechendes Handeln einüben<br>• Rettungssituationen finden, nachstellen und kompetent bewältigen<br>• ausdauerndes Schwimmen mit Brustbeinschlag als Basiskompetenz der Rettungsfähigkeit<br><br>**Fachbegriffe** | • siehe Voraussetzungen Jugendretter und Rettungsschwimmabzeichen Bronze<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Transportieren<br>• Schleppen<br>• Achselschleppgriff<br>• Standardschleppgriff<br>• Fußwärts<br>• Kopfwärts<br>• Streckentauchen<br>• Tieftauchen<br>• Druckausgleich<br>• etc. | **Gegenstände**<br>• s. didaktische Entscheidungen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• s. didaktische Entscheidungen | **prozessbegleitend:**<br>• Mitarbeit<br>• Kooperationsbereitschaft<br><br>Beobachtungskriterien:<br><br>**Punktuell**<br>• :Technikprüfung Schleppgriffe<br>• Rettungssituation unter Zeitdruck bewältigen<br>• Ausdauerleistungsfähigkeit in Rücklage<br><br>Beobachtungskriterien: |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 5.1** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Bewegen an Geräten - Turnen** | **A** / C | **5** | 8 | | 3 |

**Thema des UV: Den Körper beim Rollen, Schwingen und Springen in Spannung halten – an und mit Geräten ins Ziel gelangen**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 5.1, 6 BWK 5.3, 6 BWK 5.4, 6 MK 5.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 5.1 Eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten (BWK 6 5.1)
- BWK 5.3 Am Boden, Sprunggerät, Reck oder Barren, Bank oder Balken in der Grobform spielerisch oder leistungsbezogen rollen, stützen, balancieren, springen, hängen und schwingen sowie Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen verbinden
- BWK 5.4 in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden

**Methodenkompetenz:**

- MK 5.1 Turngeräte sicher auf- und abbauen, den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten sowie kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfe geben

**Urteilskompetenz:**

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:a1, a2,** c1, c2

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung
- IF a.2: Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Wagnis und Verantwortung (c)

- IF c.1: Spannung und Risiko
- IF c.2: Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen BF 5.1

**Thema des UV (BF 5.1): Den Körper beim Rollen, Schwingen und Springen in Spannung halten – an und mit Geräten ins Ziel gelangen** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• sicherheitsorientiertes Auf- und Abbau von Geräten<br>• erste Bewegungserfahrungen an Geräten und am Boden<br>• sicheres Überqueren der Gerätelandschaft<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Fachterminologische Bezeichnung der Geräte<br>• Sicherheitsaspekte beim Auf- und Abbau<br>• Sicherheitsaspekte bei der Durchführung | • Einführung in den sicheren Auf- und Abbau der verschiedenen Turngeräte<br>• Erproben und erarbeiten elementarer Bewegungen am Boden und an Geräten<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Bewegungsfertigkeiten und Bewegungstechniken<br>• Erproben, anwenden | **Gegenstände**<br>• Rolle vorwärts<br>• Sprung<br>• Langhang<br>• Stütz am Parallelbarren<br>• Balancieren<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Absprung und Landung beim Springen<br>• Körperspannung<br>• Stütz- und Haltekraft<br>• Angst und Angstbewältigung | **prozessbegleitend:**<br>• Sicherer Aufbau und Abbau<br>• Individueller Lernfortschritt<br>• Unterstützung eines reibungslosen Stundenverlaufs<br>Beobachtungkriterien:<br>• Konzentriertes und Üben der Bewegungen<br>• Einhaltung der Klassenregeln<br>• Gegenseitiges helfen und sichern<br>• Beteiligung in den Gesprächsphasen<br><br>**punktuell:**<br>• Überquerung einer Gerätelandschaft<br>• Bewegungsumsetzung der turnerischen Elemente in Grobform<br>Beobachtungskriterien:<br>• Bewegungsausführung und –qualität<br>• |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 5.2** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen** | A / **B** | **6** | 8 | alle BFs | 24 |

**Thema des UV: „Wir bauen Pyramiden“ – eine Gruppenchoreographie mit grundlegenden Fertigkeiten am Boden sicherheitsorientiert erarbeiten und präsentieren**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 5.1 eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht er- halten.
- BWK 5.2 technisch-koordinative und ästhetisch- gestalterische Grundanforderungen (z. B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben.

**Methodenkompetenz:**

- MK 5.1 Turngeräte sicher transportieren und sach- gerecht kooperativ auf- und abbauen.
- MK 5.2 in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden.

**Urteilskompetenz:**

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

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: b1, b2,** c1, c3

**Bewegungsgestaltung (b)**

- IF b.1: Gestaltungsformen und –kriterien (individuell und gruppenspezifisch)
- IF b.2: Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)

Wagnis und Verantwortung (c)

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen BF 5.2

**Thema des UV (BF 5.2): „Wir bauen Pyramiden“ – eine Gruppenchoreographie mit grundlegenden Fertigkeiten am Boden sicherheitsorientiert erarbeiten und präsentieren** (8Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• SuS bauen vorgegebene und selbst entwickelte Pyramiden und stellen sie zu einer Gruppenkür zusammen<br>• SuS bewerten gegenseitig ihre Kür<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Synchronität<br>• Kreativität<br>• Körperspannung | • Partner-, Gruppenarbeit<br>• Bewertungsrunden<br>• Hinweise zum sicheren Aufbau der Geräte (Mattenwagen, rückenschonendes Tragen der Matten)<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Partnerarbeit<br>• Gruppenarbeit<br>• Sicherheit beim Mattentransport | **Gegenstände**<br>• Unterschiedliche Pyramiden nach Vorgabe aufbauen<br>• Eigene Pyramiden entwickeln<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Pyramide<br>• Akrobatik | **prozessbegleitend:**<br>• Kooperationsfähigkeit<br>• Selbstständigkeit<br>• Kreativität<br>• Mitarbeit in Bewertungsphasen<br><br>**punktuell:**<br>• Bewertung einer Gruppenkür (3 Ebenen) |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 5.3** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen** | A / **C** | **7** | 8 | alle BFs | 33 |

**Thema des UV: Le Parcour – Überwindung eines Parcours mithilfe erlernter Bewegungsabfolgen und Techniken**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

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

**Methodenkompetenz:**

- MK 5.1 den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbständig organisieren und kooperativ durchführen.

**Urteilskompetenz:**

- UK 5.1 Bewegungssituationen und Bewegungsarrangements im Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a1**, c1, c2, c3**

Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung

**Wagnis und Verantwortung**

- IF c.1: Spannung und Risiko
- IF c.2: Emotionen (u. a. Freude, Frustration, Angst)
- IF c.3: Handlungssteuerung (u. a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen BF 5.3

**Thema des UV (BF 5.3): Le Parcour – Überwindung eines Parcours mithilfe erlernter Bewegungsabfolgen und Techniken und präsentieren** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>Die SuS überwinden kooperativ in Gruppen einen eigens erstellten Hindernisparcour.<br>**Fachbegriffe**<br>• Effizienz und Geschwindigkeit<br>• Kreativität<br>• Flow<br>• Unterschied: Turnen/Le Parcour | • Gruppenarbeit<br>• Hinweise zum sicheren Aufbau der Geräte<br>**Fachbegriffe**<br>• Gruppenarbeit<br>• Hilfestellung | **Gegenstände**<br>• Erstellung eines Hindernisses, Aufbau der Hindernisse<br>• Unterschiedliche Formen der Hindernisüberwindung<br>• Überwindung des Parcours als Gruppe → Hilfestellung<br>**Fachbegriffe**<br>• Sportartspezifische Fachbegriffe<br>• Le Parcour | **prozessbegleitend:**<br>• Kooperationsfähigkeit<br>• Selbstständigkeit<br>• Kreativität<br>**punktuell:**<br>• Präsentation eines Le Parkour<br>• Präsentation "kreativer" Hindernisüberwindungen in als Gruppe |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 5.4** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen** | **B** | **8** | 8 | alle BFs | 44 |

**Thema des UV: „Turnen macht Spaß“ – Festigung und Verbindung bereits erlernter Elemente im Turnen zu einer Gruppenchoreographie**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 5.1 grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Reck, Stufen- oder Parallelbarren) ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren.
- BWK 5.2 gemeinsam (z. B. synchron) eine turnerische Bewältigung von Gerätebahnen und Gerätekombinationen realisieren.

**Methodenkompetenz:**

- MK 5.1 den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbstständig organisieren und kooperativ durchführen.
- MK 5.2 grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maß- nahmen beschreiben und situationsangemessen anwenden.

**Urteilskompetenz:**

- UK 5.2 Geräteaufbauten unter Sicherheitsaspekten beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: b1, b2, b3**

**Bewegungsgestaltung**

- IF b.1: Gestaltungsformen und –kriterien (individuell und gruppenspezifisch)
- IF b.2: Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)
- IF b.3: Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und - objekte.

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen BF 5.4**

**Thema des UV (BF 5.4): „Turnen macht Spaß“ – Festigung und Verbindung bereits erlernter Elemente im Turnen zu einer Einzelkür**

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• SuS entwickeln vorgegebene und selbst entwickelte turnerische Elemente und stellen sie zu einer Gruppenkür zusammen<br>• Einsatz/Kombination von verschiedene Turngeräten (Boden, Reck, Stufen- oder Parallelbarren)<br>• SuS bewerten gegenseitig ihre Kür<br>**Fachbegriffe**<br>• Synchronität<br>• Kreativität<br>• Rhythmisierung | • Gruppenarbeit<br>• Hinweise zum sicheren Aufbau der Geräte<br>**Fachbegriffe**<br>• Gruppenarbeit<br>• Sicheres Turnen in Gruppen<br>• Sicheres Turnen an Geräten | **Gegenstände**<br>• Vorgegebene Turnerische Elemente einzeln erlernen und in die Choreographie einbinden/kombinieren<br>• Eigene Bewegungsabläufe gestalten<br>• Choreographie an Musik anpassen<br>**Fachbegriffe**<br>• Choreographie<br>• Rhythmus | **prozessbegleitend:**<br>• Kooperationsfähigkeit<br>• Selbstständigkeit<br>• Kreativität<br>• Mitarbeit in Bewertungsphasen<br>**punktuell:**<br>• Bewertung einer Einzelkür an Geräten |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 5.5** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen** | B / **C** | **9** | 10 | alle BFs | 49 |

**Thema des UV: „Es geht in die Höhe“ – Techniken beim Sprung und am Schwebebalken kennenlernen und trainieren**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

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

**Methodenkompetenz:**

- MK 5.2 zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern.

**Urteilskompetenz:**

- UK 5.1 Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: c.1, c.2,** b2

Bewegungsgestaltung

- IF b.2: Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)

**Wagnis und Verantwortung**

- IF c.1: Spannung und Risiko
- IF c.2: Emotionen (u. a. Freude, Frustration, Angst)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen BF 5.5

**Thema des UV (BF 5.5): „Es geht in die Höhe“ – Techniken beim Sprung und am Schwebebalken kennenlernen und trainieren** (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Turnen an den Geräten Schwebebalken und Sprung<br>• Durch das Erlernen und Anwenden der korrekten Hilfestellung sich gegenseitig beim Turnen unterstützen<br>• iPad-Einsatz zur Bewegungskorrektur<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Pferd<br>• T-Bock<br>• Sprunggrätsche<br>• Sprunghocke<br>• Aufgang: Durchhocken (ein- oder zweibeinig)<br>• Sicherheitshandstand<br>• Rolle vorwärts<br>• Abgang: Radwende | • Methodische Übungsreihen<br>• Sicheres Turnen in Gruppenarbeit<br>• Bewegungskorrektur durch Filmen der Bewegungsausführung (App: Video Delay)<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Gruppenarbeit<br>• Sicherheitsstellung<br>• Hilfestellung | **Gegenstände**<br>• Turnerische Elemente einzeln erlernen dann verbinden<br>• Vergleich der Ist- mit der Sollbewegung durch Bewegungsauswertung mit dem iPad | **prozessbegleitend:**<br>• Kooperationsfähigkeit<br>• Selbstständigkeit<br>• Verantwortung und Konzentration bei der Hilfestellung<br><br>**punktuell:**<br>• Bewertung Bewegungsausführungen |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 5.6** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen** | **B /** E | **10** | 10 | alle BFs | 58 |

**Thema des UV: „Willkommen im Zirkus“ – Kombination von turnerischen und akrobatischen Elementen in einer Gruppenchoreographie verbinden**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 5.1 an Turngeräten oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf der Basis individueller Fähigkeiten normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden.

- BWK 5.2 eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert unter Berücksichtigung der individuellen Fähigkeiten und Leistungsmöglichkeiten entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen.

**Methodenkompetenz:**

- MK 5.1 in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen.

**Urteilskompetenz:**

- UK 5.2 die eigene Leistung und die Leistung anderer in Lern- Übungs- und Gestaltungsprozessen nach vereinbarten Kriterien einschätzen sowie eine Präsentation bewerten.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: b1, b2,** e1
**Bewegungsgestaltung**

- IF b.1: Gestaltungsformen und –kriterien (individuell und gruppenspezifisch)
- IF b.2: Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)

**Kooperation und Konkurrenz**

- IF e.1: Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen BF 5.6

**Thema des UV (BF 5.6): „Es geht in die Höhe“ – Techniken beim Sprung und am Schwebebalken kennenlernen und trainieren** (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• SuS entwickeln aus vorgegebenen und selbst gewählten turnerischen und akrobatischen Elementen eine Gruppenkür<br>• SuS bewerten die Arbeit anderer Gruppen nach ausgewählten Kriterien<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Gestaltungskriterien (Synchronität, Rhythmisierung, Gruppenwege, Kreativität)<br>• Gerätebahn | • Gruppenarbeit<br>• Sicherheit beim Geräteaufbau (Transport, Aufbau, Mattensicherung)<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Gruppenarbeit<br>• Fallhöhe | **Gegenstände**<br>• turnerische und akrobatische Elemente | **prozessbegleitend:**<br>• Kooperationsfähigkeit<br>• Selbstständigkeit<br>• Verantwortung und Konzentration bei der Hilfestellung<br><br>**punktuell:**<br>• Bewertung einer Gruppenkür |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 6.1** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik, Tanz, Bewegungskünste** | A / **B** | **5** | 8 | | 6 |

**Thema des UV: Rope Skipping – Seilspringen unter besonderer Berücksichtigung von Rhythmus, Raum und Musik**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 6.1, 6 BWK 6.3, 6 MK 6.1, 6 MK 6.2, 6 UK 6.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

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

**Methodenkompetenz:**

- MK 6.1 durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs-oder Gestaltungsaufgaben lösen
- MK 6.2 einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z.B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen) entwickeln und präsentieren

**Urteilskompetenz:**

- UK 6.1 einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a1, a2**, b1, b2, b3**

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen**

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung
- IF a.2: Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

**Bewegungsgestaltung**

- IF b.1: Gestaltungsformen und –kriterien (individuell und gruppenspezifisch)
- IF b.2: Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)
- IF b.3: Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen BF 6.1

**Thema des UV (BF 6.1): Thema des UV: Rope Skipping – Seilspringen unter besonderer Berücksichtigung von Rhythmus, Raum und Musik**
(8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• technisch-koordinative Grundformen des Bewegens mit dem Seil<br>• Erfassen von Bewegungsmerkmalen (Bewegungsrhythmus, -qualität)<br>• Variationen von Bewegungen (zeitlich, räumlich)<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Rhythmus (Achtel, Viertel)<br>• Synchron, nacheinander<br>• Diagonal, parallel | • Erprobung verschiedener Sprünge (vorgegebene und eigene)<br>• Verbindung verschiedener Sprünge zur Musik<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Sprünge:<br>➢ Easy Jump<br>➢ Kick Swing<br>➢ Bell<br>➢ Side Straddle<br>➢ Twister | **Gegenstände**<br>• Rhythmusaufgaben<br>• Verschiedene Rhythmen Klatschen<br>• Stationen mit unterschiedlichen Sprüngen<br>• Erstellung einer Partnerkür anhand des Erlernten<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Merkmale von Bewegungsqualität<br>• Variation von Bewegung<br>• Takt<br>• Rhythmus | **prozessbegleitend:**<br>• soziale Interaktion mit dem Partner<br>• sportliche Umsetzung<br>• Unterstützung eines reibungslosen Stundenverlaufs<br>• Beteiligung in den Reflexionsphasen<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Einhaltung der Klassenregeln<br>• Qualität der Beiträge<br>• Bewegungsqualität<br>• Vielfalt und Schwierigkeit der Sprünge<br><br>**punktuell:**<br>• Präsentation der Partnerkür<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Ausführung der Gestaltungskriterien (Synchronität, Raum, Zeit)<br>• Individuelle Rhythmusfähigkeit |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 6.2** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste** | **B** | **6** | 10 | | 16 |

**Thema des UV: „Ganz nach meinem Geschmack“ – Tanzschritte einer Tanzrichtung vor der Gruppe präsentieren und einüben**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

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

**Methodenkompetenz:**

- MK 6.1 durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs-oder Gestaltungsaufgaben lösen
- MK 6.2 einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z.B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen) entwickeln und präsentieren

**Urteilskompetenz:**

- UK 6.1 UK 6.1 einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: b1, b2, b3**

**Bewegungsgestaltung (b)**

- IF b.1: Gestaltungsformen und –kriterien (individuell und gruppenspezifisch)
- IF b.2: Variation von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)
- IF b.3: Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen BF 6.2

**Thema des UV (BF 6.2): „Ganz nach meinem Geschmack“ – Tanzschritte einer Tanzrichtung vor der Gruppe präsentieren und einüben** (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Erarbeitung von Tanzschritten einer bestimmten Tanzrichtung (z.B. Step-Aerobic, Jumpstyle) in der Gruppe<br>• Erarbeitung von typischen femininen und maskulinen Bewegungen<br>• Reflektieren und Beurteilen von geschlechtstypischen Bewegungsmerkmalen und Klischees<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Maskulin / feminin<br>• Harte, weiche, runde, eckige Bewegungen<br>• Klischees | • Gruppenarbeit<br>• Klassenunterricht<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Kommunikation in der Gruppe<br>• Reflexion | **Gegenstände**<br>• Easy Twist<br>• Hardjump<br>• Step touch<br>• Basic step<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Auswertung<br>• Feedback | **prozessbegleitend:**<br>• Soziale Interaktion in der Gruppe<br>• Beteiligung in den Reflexionsphasen<br>• Hilfsbereitschaft<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>Beobachtungkriterien:<br>• Konzentriertes und Üben der Bewegungen<br>• Einhaltung der Klassenregeln<br>• Gegenseitiges helfen und sichern<br>• Beteiligung in den Gesprächsphasen<br><br>**punktuell:**<br>• Präsentation der Tanzschritte vor der Klasse<br>• Kurzreferat über die ausgewählte Tanzrichtung<br>Beobachtungskriterien:<br>• Bewegungsausführung und –qualität<br>• |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 6.3** | **Päd. Perspektive leitend**/ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzung mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste** | **B** | **7** | 8 | | 32 |

**Thema des UV: „Dancing Queen“ – eine Tanzchoreographie unter besonderer Berücksichtigung von Raum, Tempo, Rhythmus und Synchronität erarbeiten und präsentieren**

**Kompetenzerwartungen 8 BWK 6.1, 8 BWK 6.2, 8 BWK 6.3, 8 MK 6.1, 8 UK 6.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

- BWK 6.1 ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens ausführen, kombinieren und als Ausgangspunkt für Bewegungsgestaltungen nutzen
- BWK 6.2 Objekte und Materialien für das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln auswählen und variieren
- BWK 6.3 Bewegungskünste (z.B. Jonglieren, Bewegungstheater, Schwarzlicht- oder Schattentheater) allein und in der Gruppe ausführen

**Methodenkompetenz**

- MK 6.1 sich mit Partnerinnen und Partnern absprechen und gemeinsam Lösungen von komplexeren Gestaltungsaufgaben entwerfen, beschreiben und präsentieren

**Urteilskompetenz**

- UK 6.1 die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: b1, b2**

**Bewegungsgestaltung (b)**

- IF b.1: Gestaltungsformen und –kriterien ( individuell und gruppenspezifisch)
- IF b.2: Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen BF 6.3

**Thema des UV (BF 6.3): „Dancing Queen“ – eine Tanzchoreographie mit Handgerät unter besonderer Berücksichtigung von Raum, Tempo, Rhythmus und Synchronität erarbeiten und präsentieren** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterische Bewegens<br>• Merkmale von Bewegungsqualität (Körperspannung, Rhythmus)<br>• Variationen von Bewegung (räumlich, zeitlich)<br>• Einsatz von Handgeräten (z.B. Keule, Seil, Ball)<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Erproben<br>• Experimentieren<br>• Präsentieren | • Lösen einfacher Bewegungs- und Gestaltungsaufgaben<br><br>**Fachbegriffe:**<br>• Entwickeln und Erproben | **Gegenstände**<br>• Wahrnehmung und Körpererfahrung<br>• Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens<br>• Variationen von Bewegungen<br>• Handgeräte<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Merkmale von Bewegungsqualität<br>• Variationen von Bewegung<br>• Gestaltungsformen und –kriterien<br>• Rhythmisierung | **prozessbegleitend:**<br>• Lösen einfacher Bewegungs- und Gestaltungsaufgaben<br>• Mitarbeit in der Gruppenarbeit<br>• Beiträge in Reflexionsphasen<br>• Beurteilung der eigenen und fremden Kür<br>Beobachtungskriterien:<br>• Individuelle Bewegungsqualität<br>• Qualität der Mitarbeit<br>• Qualität der Beiträge<br>**punktuell:**<br>• Präsentation der Gruppenkür<br>Beobachtungskriterien:<br>• Gestaltungskriterien<br>• Bewegungsqualität |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 6.4** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik, Tanz, Bewegungskünste** | A / **B** | **8** | 6 | alle BFs | 41 |

**Thema des UV: „Wir tanzen mit dem Ball“ – BallKoRobics in der Gruppe zur Musik**

**Kompetenzerwartungen: 8 BWK 6.1, 8 BWK 6.3, 8 BWK 6.5, 8 MK 6.1, 8 UK 6.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 6.1 ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens ausführen, kombinieren und als Ausgangspunkt für Bewegungsgestaltungen nutzen
- BWK 6.3 Bewegungskünste (z.B. Jonglieren, Bewegungstheater, Schwarzlicht- oder Schattentheater) allein und in der Gruppe ausführen
- BWK 6.5 Bewegungsgestaltungen (z.B. Paar- oder Gruppentänze, Fitnesschoreografien) in rhythmischen Strukturen zu Musik – auch in der Gruppe – umsetzen und präsentieren.

**Methodenkompetenz:**

- MK 6.1 sich mit Partnerinnen und Partnern absprechen und gemeinsam Lösungen von komplexeren Gestaltungsaufgaben entwerfen, beschreiben und präsentieren

**Urteilskompetenz:**

- UK 6.1 die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a2, **b1, b3**

**Bewegungsgestaltung (a)**

IF a.2 Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

**Bewegungsgestaltung (b)**

IF b.1 Gestaltungsformen und –kriterien ( individuell und gruppenspezifisch)
IF b.3 Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen BF 6.4

**Thema des UV (BF 6.4): „Wir tanzen mit dem Ball“ – BallKoRobics in der Gruppe zur Musik** (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Technisch-koordinative Grundformen des Bewegens mit dem Ball<br>• Beschreibung von Bewegungsmerkmalen<br>• Bewegungsvarianten<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Dynamik<br>• Rhythmus<br>• Zeit<br>• Raum | • Erproben verschiedener Bewegungen mit dem Ball (Ball um den Körper, pressen,…)<br>• Verbindung tänzerischer Elemente in der Gruppe<br>• Bewegungen passend zur Musik ausführen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Werfen und fangen<br>• Pressen<br>• Prellen<br>• Zählzeiten<br>• Freeze | **Gegenstände**<br>• Erstellung einer Gruppenkür<br>• Partnerübungen (Steptouch, Ballübergabe, Ballwurf,…)<br>• Verschiedene Formationen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Steptouch<br>• Jogging<br>• Formationen | **prozessbegleitend:**<br>• Lernfortschritt<br>• Kooperationsfähigkeit<br>• Mitarbeit in den Stunden<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Rhythmusfähigkeit<br>• Kooperationsfähigkeit<br>• Motivation<br>• Gegenseitiges helfen<br><br>**punktuell:**<br>Präsentation der Gruppenkür<br>Beobachtungskriterien:<br>• Ausführung der Gestaltungskriterien (Synchronität, Raum, Zeit)<br>• Bewegungsqualität<br>• Passende Musikauswahl |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 6.5** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer der UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste** | **B** | **9** | 10 | BF 6.1 | 49 |

## „Freestyle“ – gruppenspezifische Ausarbeitung einer Choreographie mit verschiedenen Materialien

**Kompetenzerwartungen 10 BWK 6.1, 6 BWK 6.2, 10 BWK 6.3, 10 BWK 6.4, 10 MK 6.1, 10 UK 6.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

- BWK 6.1 ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens –auch in der Gruppe – ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern
- BWK 6.2 Objekte und Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren
- BWK 6.3 Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen – auch in der Gruppe – auf erweitertem Niveau anwenden und zielgerichtet variieren.
- BWK 6.4 Ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsabsichten,-aufgaben und –anlässen, eigene Kompositionen (z.B. Fitnesschoreographien in der Gruppe, tänzerische Gruppengestaltungen) entwickeln, umsetzen und präsentieren.

**Methodenkompetenz (MK)**

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

**Urteilskompetenz (UK)**

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

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: b1, b2**

**Bewegungsgestaltung**

- IF b.1: Gestaltungsformen und –kriterien (individuell und gruppenspezifisch)
- IF b.2: Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen BF 6.5**

**Thema des UV (BF 6.5): „Freestyle“ – gruppenspezifische Ausarbeitung einer Choreographie mit verschiedenen Materialien** (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| • Erstellen von geschlechtshomogenen Gruppenchoreographien<br>• Einbeziehen und Kombinieren von geschlechtstypischen Bewegungsklischees und Materialien<br>• Erarbeitung von typisch maskulinen oder femininen Bewegungen<br>• Reflektieren und Beurteilen von geschlechtstypischen Bewegungsmerkmalen<br>• Hineinversetzen und Ausagieren der Geschlechterrolle des anderen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Anwenden<br>• Erläutern | • kriteriengeleitetes Entwickeln und Präsentieren von Komposition mit Handgerät(en)<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Entwickeln und Variieren<br>• Bewerten | **Gegenstände**<br>• Cap, Hut<br>• Stuhl, Tuch<br>• Beobachtungs-/Bewertungsbogen<br>• Poster zur Ergebnissicherung<br>• Musikanlage<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Bewegungsbezogene Klischees<br>• Gestaltungsformen und –kriterien<br>• Bewegungsqualität | **prozessbegleitend:**<br>• Individueller Lernfortschritt<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Bewerten der Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen<br>Beobachtungskriterien:<br>• Bewegungsqualität<br>• Vielfalt, Originalität<br>**punktuell:**<br>• Präsentation der Gruppenchoreographie<br>Beobachtungskriterien:<br>• Kriterien wie z.B. Kombination beider geschlechtstypischer Bewegungen, Einbezug der Gegenstände<br>• Individueller Ausdruck beider geschlechtstypsicher Bewegungsmerkmale |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 6.6** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste** | **A** / B | **10** | 10 | | 55 |

**Thema des UV: „Die Welt des Tanzens“ - Standardtänze kennenlernen und Schritte einüben**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 6.3 Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen – auch in der Gruppe – auf erweitertem Niveau anwenden und zielgerichtet variieren.
- BWK 6.4 Ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsabsichten,-aufgaben und –anlässen, eigene Kompositionen (z.B. Fitnesschoreographien in der Gruppe, tänzerische Gruppengestaltungen) entwickeln, umsetzen und präsentieren.

**Methodenkompetenz:**

- MK 6.1 ihre ästethisch-gestalterisches Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Bereichen (z.B. Schulsport, Hobbys, Trends der Jugendkultur,…) für eine Präsentation (z.B. auch Schulaufführung nutzen.

**Urteilskompetenz:**

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

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2**, b2

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a):**

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung
- IF a.2: Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

**Wagnis und Verantwortung (b):**

- IF b.2: Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 6.6**

**Thema des UV (BF 6.6): „Die Welt des Tanzens“ - Standardtänze kennenlernen und Schritte einüben** (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Auf einen Partner einlassen<br>• Führen lassen bzw. Führung abgeben<br>• Erfassen von Bewegungsmerkmalen<br>• technisch-koordinative Grundformen des Tanzens<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Takt<br>• Rhythmus | • Schritte in der Gruppe einübe<br>• Schritte und Schrittkombinationen mit dem Partner einüben<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Kooperieren<br>• Verletzungsprophylaxe<br>• dosieren | • erlernen der Grundschritte beim Discofox<br>• Tanzhaltung<br>• Drehungen<br>• Figuren<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Damensolo<br>• Brezel | **prozessbegleitend:**<br>• Unterstützung des Partners<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Umgang mit Schrittfehlern<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Hilfsbereitschaft<br>• Empathie<br>• Verantwortungsbewusstsein<br><br>**punktuell:**<br>• Erlernte Tanzschritte mit eine Partner präsentieren<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Bewegungsausführung und -qualität |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.1** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele** | **A** / E | **5** | 8 | | 4 |

**Thema des UV: „Ich nutze den Raum“ – Erlernen grundlegender spielübergreifender technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten in Bezug auf Kleine Spiele**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 7.1, 6 BWK 7.2, 6 BWK 7.3, 6 BWK 7.4, 6 MK 7.3, 6 UK 7.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 7.1 in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen.
- BWK 7.2 sich in Spielsituationen gegenüber Mitspieler/innen und Gegner/innen fair verhalten und mannschaftsdienlich spielen.
- BWK 7.3 sich in einfachen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.
- BWK 7.4 **ein** großes Mannschaftsspiel in vereinfachter Form fair mit- und gegeneinander spielen.

**Methodenkompetenz:**

- MK 7.3 grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktionen benennen.

**Urteilskompetenz:**

- UK 7.1 die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten an Hand vorgegebener Kriterien grundlegend beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a2,** e1

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

- IF a.2: Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Kooperation und Konkurrenz (e)

- IF e.1: Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.1

**Thema des UV (BF 7.1): „Ich nutze den Raum“ – Erlernen grundlegender spielübergreifender technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten in Bezug auf Kleine Spiele** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Erwerb/Erweiterung von allgemeiner und spielformbezogener Spielfähigkeit<br>• Spielübersicht behalten (Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungsspielen)<br>• Selbstständige Organisation von Spielgelegenheiten erlernen<br>• Spielregeln und deren Veränderungen begreifen und einhalten<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Regelverhalten anbahnen, akzeptieren und sich daran halten<br>• Spielgerätebezeichnungen | • Mit-und Gegeneinander in kooperativen und konkurrenzorientierten Spielformen (Antizipation und Vortäuschen von Lauf-/Wurfabsichten)<br>• Zusammen Spielen > (soziale und organisatorische Gruppen- und Mannschafts-bildungsprozesse)<br>• Eigenen Spielerfahrungen in Mannschaftswett-kämpfen beschreiben und Rückschlüsse daraus ziehen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Antizipation<br>• Teamwork<br>• Fairplay | **Gegenstände**<br>• Übungen zu Spieltechniken:<br>- Fangspiele mit Tempo- und Richtungswechseln<br>- kleine Ball-Spiele zur Förderung des Ballgefühls<br>- „Kluges“ Spielen (eigenes Handeln gestalten, freie Räume erkennen und nutzen) - Blick auf die großen Sportspiele (Erspielen oder Verhindern von Chancen<br>- Reflexion anhand eines Spielbeobachtungsbogens in GA<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Doppelpass<br>• Freilaufen<br>• Decken | **prozessbegleitend:**<br>• Mitarbeit in den einzelnen Phasen<br>• Einhaltung und Kennen der Verhaltensregeln<br>Beobachtungskriterien:<br>• Anstrengungsbereitschaft bei der Durchführung der Anforderungs- und Spielsituationen<br>• Aufzeigen kooperativer und koordinativer Lernerfolgs-entwicklung<br>• Einbringen von Erkenntnissen zum Spielablauf und der aufgestellten Regeleinhaltung<br>• Durchhaltevermögen<br>• Durchführung der Übungen<br><br>**Punktuell:**<br>Beobachtungskriterien:<br>• Leistungsfähigkeit in einer/mehreren Spielanwendungen nachweisen |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.2** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele** | **A** / E | **5** | 8 | | 7 |

**Thema des UV: „Vom Federball zum Badminton“ – Grundschläge und Regeln erlernen und anwenden**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 7.1, 6 BWK 7.3, 6 BWK 7.5, 6 MK 7.2, 6 MK 7.3, 6 UK 7.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 7.1 in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen.
- BWK 7.3 sich in einfachen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.
- BWK 7.5 **ein** Partnerspiel in vereinfachter Form regelgerecht, fair mit- und gegeneinander spielen.

**Methodenkompetenz:**

- MK 7.2 einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und umsetzen.
- MK 7.3 grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktionen benennen.

**Urteilskompetenz:**

- UK 7.1 die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten an Hand vorgegebener Kriterien grundlegend beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2,** e1, e3

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung
- IF a.2: Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

**Leistung (e)**

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

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.2**

**Thema des UV (BF 7.2): „Vom Federball zum Badminton“ – Grundschläge und Regeln erlernen und anwenden** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Erlernen der Grundschläge<br>• disziplinspezifisches, taktisches Verhalten erlernen (Einzel)<br>• Erfahrungen im Spiel miteinander als auch gegeneinander gewinnen<br>• Erste Erfahrungen mit Wettkampfregeln im Spiel gewinnen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Namen technischer Elemente: Universalgriff, Pinzettengriff, Rückhandgriff<br>• Gerätebezeichnungen: (Schaft, Besaitung, Griffband, Shuttlecock usw.) | • Erarbeitung der grundlegenden Schlagtechniken (primär Vorhand) in PA/GA<br>• Bildreihen zur Unterstützung von Bewegungsabläufen nutzen<br>• Umsetzung taktischer Vorgaben in (angemessenen) Spielsituationen<br>• Videoanalysen (Hudl Technique)<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Namen ausgewählter Grundschläge: Clear & Drop | **Gegenstände**<br>• Übungs- und Spielformen zu einzelnen Schlagtechniken auf dem Halbfeld 1:1<br>• Anwendung der Schlagtechniken in kl. Wettkampfsituationen<br>• in Spielsituationen mit bekannten Schlagtechniken angemessene Lösungs-strategien entwickeln<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Rallypoint-Zählweise<br>• Spielfeldbegrenzung (re & li Aufschlagfeld, vordere und hintere Aufschlaglinie (Einzel), Seitenlinie (Einzel) | **prozessbegleitend:**<br>Beobachtungskriterien:<br>• Bereitschaft ausdauernd zu üben (Durchhaltevermögen)<br>• Übungsprozesse mit eigenen Ideen anreichern und zum Gelingen der Übungen beitragen<br><br>**Punktuell:**<br>Beobachtungskriterien:<br>• Präsentation der Grundtechniken in isolierten Schlagdemonstrationen<br>• Anwendung der Technik und Taktik in kleinen Wettkampfsituationen |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.3** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele** | **A** / E | **6** | 8 | | 15 |

**Thema des UV: „Von der Straße in die Halle“ – Streetball zum Erlernen technischer und taktischer Grundfertigkeiten im Basketball**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 7.1, 6 BWK 7.2, 6 BWK 7.3, 6 BWK 7.4, 6 MK 7.1, 6 MK 7.2, 6 UK 7.2**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 7.1 in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen.
- BWK 7.2 sich in Spielsituationen gegenüber Mitspieler/innen und Gegner/innen fair verhalten und mannschaftsdienlich spielen.
- BWK 7.3 sich in einfachen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.
- BWK 7.4 **ein** großes Mannschaftsspiel in vereinfachter Form fair mit- und gegeneinander spielen.

**Methodenkompetenz:**

- MK 7.1 spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden.
- MK 7.2 einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und umsetzen.

**Urteilskompetenz:**

- UK 7.2 einfache Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a2,** e1, e3

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

- IF a.2: Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Kooperation und Konkurrenz (e)

- IF e.1: Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
- IF e.3: (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.3**

**Thema des UV (BF 7.3): „Von der Straße in die Halle“ – Streetball zum Erlernen technischer und taktischer Grundfertigkeiten im Basketball** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• technische und taktische Grundelemente der Sportarten lernen<br>• Anforderungen für Mannschaftsspiele lernen (Zusammenspiel usw.)<br>• sich auf die Anforderungen einlassen und sich verbessern<br>• grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären<br>• sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern taktisch angemessen verhalten<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Bezeichnungen der technischen und taktischen Elemente des jeweiligen Sportspiels (Dribbling, Sternschritt, Korbleger usw.) | • Übungen zur Verbesserung der eigenen Fähig- und Fertigkeiten entwickeln & durchführen<br>• Grundidee und -fertigkeiten vorstellen<br>• in GA Grundtechniken erlernen (mit Experten arbeiten)<br>• Spieltaktiken in kleinen Spielformen (3:3) erlernen<br>• Die Regeln des Sportspiels an die eigene(n) Situation/Möglichkeiten anpassen<br>- die eigenen Erfahrungen beschreiben und Rückschlüsse daraus ziehen<br>• grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Kooperation, Fairness<br>• Foul | **Gegenstände**<br>• Übungen zu Techniken<br>• Übungen zum taktischen Verhalten<br>• Kooperationsspiele<br>• kleine Spielformen<br>• Variationen des Spiels<br>• Zielspiel<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Bezeichnungen der technischen und taktischen Elemente des jeweiligen Sportspiels (Passen, Fangen, Dribbling, Sternschritt, Korbleger, Manndeckung, Standwurf, Freiwurf, “gecheckt”, Sprungball)<br>• Spielfeldbegrenzung (3-Punkte-Linie, Mittellinie, Seitenlinie, Grundlinie | **prozessbegleitend:**<br>• Mitarbeit in den einzelnen Phasen<br>• Einhaltung und Kennen der Verhaltensregeln<br>Beobachtungskriterien:<br>• Anstrengungsbereitschaft bei der Durchführung<br>• Durchführung von Spielformen; eigener Beitrag zum Gelingen des Spiels<br>• Einbringen von Erkenntnissen zu Unterschieden und Gemeinsamkeiten der Situationen<br>• Spielsituationenanhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen<br><br>**Punktuell:**<br>Beobachtungskriterien:<br>• Zusammenspiel der Mannschaften im Spiel<br>• Einbringen der eigenen Fähig- und Fertigkeiten im Spiel |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.4** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele** | **A** / E | **6** | 6 | | 23 |

**Thema des UV: „Das etwas andere Tennis“ – erlernen grundlegender Fertigkeiten in der Sportart Tischtennis**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 7.1, 6 BWK 7.3, 6 BWK 7.5, 6 MK 7.2, 6 MK 7.3, 6 UK 7.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 7.1 in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen.
- BWK 7.3 sich in einfachen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.
- BWK 7.5 **ein** Partnerspiel in vereinfachter Form regelgerecht, fair mit- und gegeneinander spielen.

**Methodenkompetenz:**

- MK 7.2 einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und umsetzen.
- MK 7.3 grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktionen benennen.

**Urteilskompetenz:**

- UK 7.1 die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten an Hand vorgegebener Kriterien grundlegend beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a2,** e1, e3

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

- IF a.2: Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Kooperation und Konkurrenz (e)

- IF e.1: Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
- IF e.3: (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.4

**Thema des UV (BF 7.4): „Das etwas andere Tennis“ – erlernen grundlegender Fertigkeiten in der Sportart Tischtennis** (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Erlernen der Grundschläge<br>• disziplinspezifisches, taktisches Verhalten erlernen (Einzel)<br>• Erfahrungen im Spiel miteinander als auch gegeneinander gewinnen<br>• Erste Erfahrungen mit Wettkampfregeln im Spiel gewinnen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Namen technischer Elemente: Penholder-Schlägerhaltung vs. Shakehand-Schlägerhaltung<br>• Gerätebezeichnungen: (Schaft, Griff, Belag, TT-Platte und Netz usw.) | • Erarbeitung der grundlegenden Schlagtechniken (primär Vorhand) in PA/GA<br>• Bildreihen zur Unterstützung von Bewegungsabläufen nutzen<br>• Umsetzung taktischer Vorgaben in (angemessenen) Spielsituationen<br>• Videoanalysen (Hudl Technique)<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Namen ausgewählter Grundschläge: Vorhand, Rückhand, Spin (Top-Spin), Seitenschnitt und Unterschnitt | **Gegenstände**<br>• Übungs- und Spielformen zu einzelnen Schlagtechniken<br>• Anwendung der Schlagtechniken in kl. Wettkampfsituationen<br>• in Spielsituationen mit bekannten Schlagtechniken angemessene Lösungs-strategien entwickeln | **Unterrichtsbegleitend:**<br>Beobachtungskriterien:<br>• Bereitschaft ausdauernd zu üben (Durchhaltevermögen)<br>• Übungsprozesse mit eigenen Ideen anreichern und zum Gelingen der Übungen beitragen<br><br>**Punktuell:**<br>Beobachtungskriterien:<br>• Präsentation der Grundtechniken in isolierten Schlagdemonstrationen<br>• Anwendung der Technik und Taktik in kleinen Wettkampfsituationen |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich 7.5:** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele** | A / **D** | **7** | 8 | | 30 |

**Thema des UV : Badminton – Festigung und Erweiterung von Grundschlägen**

**Kompetenzerwartungen: 8 BWK 7.1, 8 MK 7.1, 8 UK 7.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 7.1 in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen.

**Methodenkompetenz:**

- MK 7.1 grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und vereinbaren und die Folgen der Regelveränderungen erläutern.

**Urteilskompetenz:**

- UK 7.1 verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a1, a3, **d1, d3**

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- IF a.1: soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
- IF a.3: Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

**Leistung (d)**

- IF d.1: Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
- IF d.3: Differenziertes Leistungsverständnis (z. B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.5

**Thema des UV (BF 7.5): Badminton – Festigung und Erweiterung von Grundschlägen** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Erlernen der Grundschläge<br>• disziplinspezifisches, taktisches Verhalten erlernen (Einzel)<br>• Erfahrungen im Spiel miteinander als auch gegeneinander gewinnen<br>• Erste Erfahrungen mit Wettkampfregeln im Spiel gewinnen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Erweiterte Gerätebe-zeichnungen: (Besaitung, Shuttlecock usw.) | • Erarbeitung der grundlegenden Schlagtechniken der Vor- und Rückhand in PA/GA (mit gegenseitige Korrektur)<br>• Bildreihen zur Unterstützung von Bewegungsabläufen nutzen<br>• Umsetzung taktischer Vorgaben in (angemessenen) Spielsituationen<br>• Videoanalysen (Video Delay)<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Namen der Grundschläge (Vor- und Rückhand: Clear, Drop, Smash, Drive) | **Gegenstände**<br>• Übungs- und Spielformen zu einzelnen Schlagtechniken auf dem Halbfeld 1:1 -Anwendung der Schlagtechniken in kl. Wettkampfsituationen<br>• in Spielsituationen mit bekannten Schlagtechniken angemessene Lösungs-strategien entwickeln<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Rallypoint-Zählweise | <u>Unterrichtsbegleitend:</u><br>**Beobachtungskriterien**<br>• Bereitschaft ausdauernd zu üben (Durchhaltevermögen)<br>• Übungsprozesse mit eigenen Ideen anreichern und zum Gelingen der Übungen beitragen<br><br><u>Punktuell:</u><br>**Beobachtungskriterien**<br>• Präsentation der Grundtechniken in festen Schlagkombinationen 1:1<br>• Anwendung der Technik und Taktik in einer (ange-messenen) Wettkampf-situation |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.6** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele** | **A** / E | **7** | 8 | | 34 |

**Thema des UV: „Kick it like Beckham" – Erlernen und anwenden technischer und taktischer Aspekte im Fußball**

**Kompetenzerwartungen: 8 BWK 7.1, 8 BWK 7.2, 8 BWK 7.3, 8 BWK 7.4, 8 MK 7.1, 8 MK 7.2, 8 UK 7.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 7.1 in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen.
- BWK 7.2 Konflikte mit Mit- und Gegenspielern/innen in Spielsituationen selbstständig lösen.
- BWK 7.3 sich in komplexen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.
- BWK 7.4 das ausgewählte große Sportspiel fair, mannschaftsdienlich und regelgerecht spielen.

**Methodenkompetenz:**

- MK 7.1 grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und vereinbaren und die Folgen der Regelveränderungen erläutern.
- MK 7.2 Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen.

**Urteilskompetenz:**

- UK 7.1 verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a3,** e1, e2, e3

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

- IF a.3: Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.6

**Thema des UV (BF 7.6): „Kick it like Beckham“ – Erlernen und anwenden technischer und taktischer Aspekte im Fußball** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• unterschiedliche Anforderungen beim Spiel: Ballbehandlung und Bewegung mit Ball variieren<br>• Bewegungsmerkmale bei Ballmitnahme, Ballannahme, Passen, Innenseitstoß, Spannstoß<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Innenseitstoß, Spannstoß, Ballannahme, Ballführen, Innenpassspiel | • Erproben und Experimentieren in der Anwendung der Techniken in unterschiedlichen Situationen<br>• Anwendung von Kleinfeldspielformen 1:1, 2:2, 3:3 mit kleinen Toren zum Erlernen grund-legender taktischer Fähigkeiten unter Anwendung erlernter technischer Fertigkeiten<br>• Videoanalysen (Video Delay)<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Abwehr, Angriff | **Gegenstände**<br>• Erlernen der technischen Fertigkeiten: Ballführen, Ballannahme, Innenseitstoß, Spannstoß durch beispielhafte variable Übungsformen im Dribbling, Zielpassen, bei Passspielen und Spannstößen (z.B. fußballspezifische Übungen der Heidelberger Ballschule)<br>• Spiel(-varianten)<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Abseitsregel, Eckstoß, Elfmeter, Freistoß usw. | **Unterrichtsbegleitend:**<br>Beobachtungskriterien:<br>• Übungsformen zum Bewegen mit Ball demonstrieren und beschreiben<br>• selbstständiges Üben und Verbessern entsprechend der eigenen Leistungs-voraussetzungen<br><br>**Punktuell:**<br>Beobachtungskriterien<br>• :Ausführungsqualität<br>• Variation im Spiel |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.7** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele** | **D** / E | **8** | 10 | | 37 |

**Thema des UV: „Be the winner" – taktische Züge im Badminton erkennen und anwenden**

**Kompetenzerwartungen: 8 BWK 7.1, 8 BWK 7.3, 8 MK 7.1, 8 UK 7.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 7.1 in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen.
- BWK 7.3 sich in komplexen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.

**Methodenkompetenz:**

- MK 7.1 grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und vereinbaren und die Folgen der Regelveränderungen erläutern.

**Urteilskompetenz:**

- UK 7.1 verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d1,** e1, e4

**Leistung (d)**

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

- IF e.1: Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
- IF e.4: Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u. a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe).

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.7

**Thema des UV (BF 7.7): „Be the winner“ – taktische Züge im Badminton erkennen und anwenden** (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• disziplinspezifisches, taktisches Verhalten erlernen (Einzel)<br>• Erfahrungen im Spiel miteinander als auch gegeneinander gewinnen<br>• Erste Erfahrungen mit Wettkampfregeln im Spiel gewinnen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Antizipation<br>• Defensive, Offensive | • Umsetzung taktischer Vorgaben in Spielsituationen (Zentralposition, Erwartungshaltung)<br>• Erarbeitung Taktikvarianten in PA/GA mit gegenseitiger Korrektur<br>• Die Analyse der unmittelbaren Spielsituation (Tempo, Position, Zeitdimension)<br>• Spieleröffnung: Aufschlagvarianten im Einzel<br>• Selbstorganisierte Videoanalysen (Video Delay)<br>• Digitale Taktikboards (Badminton Tactics Board)<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Zentralposition, Erwartungshaltung<br>• Aktion und Reaktion | **Gegenstände**<br>• Übungs- und Spielformen zu einzelnen Taktikvarianten auf dem (Halb-)Feld im Einzel<br>• in Spielsituationen mit bekannten Schlagtechniken und Taktikvarianten angemessene Lösungs-strategien entwickeln<br>• Eine Auswahl von Taktiken treffen und in einem Spiel anwenden<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Täuschung | **Unterrichtsbegleitend:**<br>**Beobachtungskriterien**<br>• Eigenständigkeit und Engagement in den Übungsprozessen<br>• Bereitschaft ausdauernd zu üben und Mitschüler im Spiel einzubinden<br>• Präsentationsleistung in Form von Kurzreferaten (Abstracts)<br><br>**Punktuell:**<br>**Beobachtungskriterien**<br>• Absolvierung einer Komplexübung und anschließendes Spiel 1:1<br>Beurteilung:<br>- Handlungsfähigkeit in der Defense<br>- Handlungsfähigkeit in der Offense |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.8** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele** | **D** / E | **8** | 8 | | 39 |

**Thema des UV : „Nicht nur was für Große“ – Festigung und Erweiterung technischer und taktischer Elemente beim Basketball**

**Kompetenzerwartungen: 8 BWK 7.1, 8 BWK 7.2, 8 BWK 7.3, 8 BWK 7.4, 8 MK 7.1, 8 MK 7.2, 8 UK 7.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 7.1 in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen.
- BWK 7.2 Konflikte mit Mit- und Gegenspielern/innen in Spielsituationen selbstständig lösen.
- BWK 7.3 sich in komplexen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.
- BWK 7.4 das ausgewählte große Sportspiel fair, mannschaftsdienlich und regelgerecht spielen.

**Methodenkompetenz:**

- MK 7.1 grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und vereinbaren und die Folgen der Regelveränderungen erläutern.
- MK 7.2 Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen.

**Urteilskompetenz:**

- UK 7.1 verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d1, d2,** e1, e3

**Leistung (d)**

- IF d.1: Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
- IF d.2: Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

- IF e.1: Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
- IF e.3: (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen

**)Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.8**

**.Thema des UV (BF 7.8): „Nicht nur was für Große“ – Festigung und Erweiterung technischer und taktischer Elemente beim Basketball** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Grundtechniken ausbauen<br>• Situationsangemessen handeln und erlernte Techniken anwenden<br>• Fair miteinander und gegeneinander wettkämpfen und spielen<br>• Regeln verstehen, anwenden und ggf. modifizieren<br><br>**Fachbegriffe**<br>• die Bezeichnungen der technischen und taktischen Elemente des Spiels in der „Offense“ und „Defense“ (Manndeckung und Raumdeckung) | • Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film, digitales Taktikboard u.a. App „Taktikboard für Basketball“) erläutern<br>• spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden<br>• Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren<br>• Spielregeln situations-angemessen verändern sowie Schiedsrichter-tätigkeiten übernehmen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Schrittfehler, Doppeldribbling, Rückpass, div. Fouls in der Defensive und Offensive, Fußspiel, usw. | **Gegenstände**<br>• unterschiedliche Spielformen kennenlernen (1:1, 3:3, 5:5)<br>• Grundtechniken des Basketball üben und vertiefen (Korbleger links/recht; Sprungwurf; Angriff: „offensive drills“; Verteidigung: „defensive drills“ and sidesteps)<br>• Eine Auswahl von Taktiken treffen und in einem Spiel anwenden (z.B. das Give`n`go)<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Steal | <u>Unterrichtsbegleitend:</u><br>**Beobachtungskriterien**<br>• Eigenständigkeit und Engagement in den Übungsprozessen<br>• Bereitschaft ausdauernd zu üben und Mitschüler im Spiel einzubinden<br><br><u>Punktuell:</u><br>**Beobachtungskriterien**<br>• Absolvierung einer Komplexübung und anschließendes Spiel 5:5<br>Beurteilung:<br>- Handlungsfähigkeit in der Defense<br>- Handlungsfähigkeit in der Offense |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.9** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele** | **D** / E | **9** | 10 | | 46 |

**Thema des UV: „Vom Beach in die Halle“ - Techniken im Volleyball erlernen**

**Kompetenzerwartungen: 10 BWK 7.1, 10 BWK 7.2, 10 BWK 7.3, 10 BWK 7.4, 10 BWK 7.5, 10 MK 7.1, 10 MK 7.2, 10 MK 7.3, 10 UK 7.1, 10 UK 7.2**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 7.1 komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben.
- BWK 7.2 die Merkmale fairen Spielens reflektieren und erläutern sowie sich aktiv für faire Spielprozesse einsetzen.
- BWK 7.3 taktisches Verhalten in Handlungs-/Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern.
- BWK 7.4 das ausgewählte große Sportspiel auf fortgeschrittenem Niveau spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern.
- BWK 7.5 das ausgewählte Partnerspiel auf fortgeschrittenem Niveau regelgerecht, fair mit- und gegeneinander spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern.

**Methodenkompetenz:**

- MK 7.1 Darstellungen (z. B. Graphik, Foto, Film) von Spielsituationen erläutern und umsetzen.
- MK 7.2 Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen.
- MK 7.3 Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen.

**Urteilskompetenz:**

- UK 7.1 die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen.
- UK 7.2 die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d1, d2,** e1, e3

**Leistung (d)**

- IF d.1: Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
- IF d.2: Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- IF e.1: Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
- IF e.3: differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und –bewertung)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.9

**Thema des UV (BF 7.9): „Vom Beach in die Halle“ - Techniken im Volleyball erlernen** (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• technische und taktische Grundelemente des Volleyballspiels lernen<br>• Anforderungen für Mannschaftsspiele lernen (Kommunikation, Kooperation, Zusammenspiel)<br>• sich auf die Anforderungen einlassen und sich verbessern<br>• grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären<br>• sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie MitspielerInnen und GegnerInnen taktisch angemessen verhalten<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Grundtechniken: Baggern Pritschen (unteres/oberes Zuspiel) | • Übungen zur Verbesserung der eigenen Fähig- und Fertigkeiten entwickeln & durchführen<br>• Grundidee und - fertigkeiten vorstellen<br>• in GA Grundtechniken erlernen (mit Experten arbeiten)<br>• Spieltaktiken in kleinen Spielformen (2:2 bis 4:4) erlernen<br>• Die Regeln des Sportspiels an die eigene(n) Situation/Möglichkeiten anpassen<br>• grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Zuspieler, (Mittel-)Blocker | **Gegenstände**<br>• Übungen zu Techniken - Übungen zum taktischen Verhalten<br>• Kooperationsspiele<br>• kleine Spielformen<br>• Variationen des Spiels -<br>• Zielspielvarianten<br><br>**Fachbegriffe**<br>• (Sprung-)Aufschlag, Schmettern | **prozessbegleitend:**<br>Beobachtungskriterien:<br>• Anstrengungsbereitschaft bei der Durchführung<br>• Durchführung von Spielformen; eigener Beitrag zum Gelingen des Spiels<br>• Einbringen von Erkenntnissen zu Unterschieden und Gemeinsamkeiten der Situationen<br>• Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen<br><br>**Punktuell:**<br>Beobachtungskriterien:<br>• Leistungsfähigkeit in einer/mehreren Situation(en) nachweisen<br>• Zusammenspiel der Mannschaften im Spiel<br>• Einbringen der eigenen Fähig- und Fertigkeiten im Spiel |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.10** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele** | A / **E** | **9** | 10 | | 50 |

**Thema des UV: „In die Offensive bringen“ - Einübung von Angriffs- und Verteidigungstechniken im Badminton**

**Kompetenzerwartungen: 10 BWK 7.1, 10 BWK 7.2, 10 BWK 7.3, 10 BWK 7.4, 10 MK 7.1, 10 MK 7.2, 10 UK 7.1, 10 UK 7.2**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 7.1 komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben.
- BWK 7.2 die Merkmale fairen Spielens reflektieren und erläutern sowie sich aktiv für faire Spielprozesse einsetzen.
- BWK 7.3 taktisches Verhalten in Handlungs-/Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern.
- BWK 7.4 das ausgewählte große Sportspiel auf fortgeschrittenem Niveau spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern.

**Methodenkompetenz:**

- MK 7.1 Darstellungen (z. B. Graphik, Foto, Film) von Spielsituationen erläutern und umsetzen.
- MK 7.2 Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen.

**Urteilskompetenz:**

- UK 7.1 die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen.
- UK 7.2 die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a2, a3, **e1, e4**

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- IF a.2: Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- IF a.3: Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

- IF e.1: Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- IF e.4: Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.10

**Thema des UV (BF 7.10): „In die Offensive bringen“ - Einübung von Angriffs- und Verteidigungstechniken im Badminton** (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Grundschläge beherrschen<br>• disziplinspezifisches, taktisches Verhalten erlernen (Einzel und Doppel)<br>• Erfahrungen im Spiel miteinander als auch gegeneinander gewinnen<br>• Wettkampfregeln im Spiel gewinnen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Antizipation<br>• Defensive, Offensive | • Umsetzung taktischer Vorgaben in Spielsituationen des Einzel und Doppel<br>• Erarbeitung Taktikvarianten in PA/GA mit gegenseitiger Korrektur<br>• Die Analyse der unmittelbaren Spielsituation (Tempo, Position, Zeitdimension)<br>• Spieleröffnung (Aufschlagvarianten im Einzel und Doppel)<br>• Selbstorganisierte Videoanalysen (Video Delay)<br>• Digitale Taktikboards (Badminton Tactics Board)<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Zentralposition, Erwartungshaltung<br>• Aktion und Reaktion | **Gegenstände**<br>• Übungs- und Spielformen zu einzelnen Taktikvarianten auf dem (Halb-)Feld im Einzel<br>• in Spielsituationen mit bekannten Schlagtechniken und Taktikvarianten angemessene Lösungs-strategien entwickeln<br>• Eine Auswahl von Taktiken treffen und in einem Spiel anwenden<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Konter, Täuschung, Neutralisierung, Befreiung | **prozessbegleitend:**<br>Beobachtungskriterien:<br>• Eigenständigkeit und Engagement in den Übungsprozessen<br>• Bereitschaft ausdauernd zu üben und Mitschüler im Spiel einzubinden<br>• Präsentationsleistung in Form von Kurzreferaten (Abstracts)<br><br>**Punktuell:**<br>Beobachtungskriterien:<br>• Absolvierung einer Komplexübung und anschließendes Spiel in Einzel Und/oder Doppel<br>Beurteilung:<br>- Handlungsfähigkeit in der Defense<br>- Handlungsfähigkeit in der Offense |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.11** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele** | **D** / E | **10** | 8 | | 52 |

**Thema des UV: „Spielen wie Dirk Nowitzki“ – vertiefende technische und taktische Fertigkeiten im Basketball einüben**

**Kompetenzerwartungen: 10 BWK 7.1, 10 BWK 7.2, 10 BWK 7.3, 10 BWK 7.4, 10 MK 7.1, 10 MK 7.2, 10 MK 7.3, 10 UK 7.2**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 7.1 komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben.
- BWK 7.2 die Merkmale fairen Spielens reflektieren und erläutern sowie sich aktiv für faire Spielprozesse einsetzen.
- BWK 7.3 taktisches Verhalten in Handlungs-/Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern.
- BWK 7.4 das ausgewählte große Sportspiel auf fortgeschrittenem Niveau spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern.

**Methodenkompetenz:**

- MK 7.1 Darstellungen (z. B. Graphik, Foto, Film) von Spielsituationen erläutern und umsetzen.
- MK 7.2 Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen.
- MK 7.3 Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen.

**Urteilskompetenz:**

- UK 7.2 die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d1, d2,** e1, e2, e4

**Leistung (d)**

- IF d.1: Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
- IF d.2: Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.11

**Thema des UV (BF 7.11): „Spielen wie Dirk Nowitzki" – vertiefende technische und taktische Fertigkeiten im Basketball einüben** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Grundtechniken beherrschen<br>• Situationsangemessen handeln und erlernte Techniken anwenden<br>• Fair miteinander und gegeneinander wettkämpfen und spielen<br>• Regeln verstehen, anwenden und ggf. modifizieren<br>• Das Sportgerät „Basketball" beherrschen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• die Bezeichnungen der technischen und taktischen Elemente des Spiels: (z.B. Offense: Pick and roll; Give`n`go; Defense: Man to man; Box and one) | • Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern<br>• spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden<br>• Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren<br>• Spielregeln situations-angemessen verändern sowie Schiedsrichter-tätigkeiten übernehmen<br>• Biomechanische Grundsätze zum Wurf und Sprung kennen und anwenden<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Goaltending, Zeitübertretungsregeln „short Clock" | **Gegenstände**<br>• unterschiedliche Spielformen kennenlernen (1:1, 3:3, 5:5)<br>• Grundtechniken des Basketball üben und vertiefen (Korbleger links/rechts; Sprungwurf; Angriff: „offensive drills"; Verteidigung: „defensive drills" and sidesteps)<br>• Bekannte Taktiken in einem Spiel anwenden (Give`n`go; Pick and Roll; Box and one)<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Block, Give`n`go, Pick and Roll; Box and one | **prozessbegleitend:**<br>Beobachtungskriterien:<br>• Eigenständigkeit und Engagement in den Übungsprozessen<br>• Bereitschaft ausdauernd zu üben und Mitschüler im Spiel einzubinden<br><br>**Punktuell:**<br>Beobachtungskriterien:<br>• Absolvierung einer Komplexübung und anschließendes Spiel 5:5<br>Beurteilung:<br>- Handlungsfähigkeit in der Defense<br>- Handlungsfähigkeit in der Offense |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich:** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele** | **D** / E | **10** | 10 | | 56 |

**Thema des UV: „Wir suchen den Kaiser“ - Wir organisieren ein (Kaiser-) Turnier im Badminton**

**Kompetenzerwartungen: 10 BWK 7.1, 10 BWK 7.2, 10 BWK 7.3, 10 BWK 7.5, 10 MK 7.3, 10 UK 7.1, 10 UK 7.2**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 7.1 komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben.
- BWK 7.2 die Merkmale fairen Spielens reflektieren und erläutern sowie sich aktiv für faire Spielprozesse einsetzen.
- BWK 7.3 taktisches Verhalten in Handlungs-/Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern.
- BWK 7.5 das ausgewählte Partnerspiel auf fortgeschrittenem Niveau regelgerecht, fair mit- und gegeneinander spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern.

**Methodenkompetenz:**

- MK 7.3 Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen.

**Urteilskompetenz:**

- UK 7.1 die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen.
- UK 7.2 die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d1, d3,** e1, e4

**Leistung (d)**

- IF d.1: Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
- IF d.3: Differenziertes Leistungsverständnis (z. B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

- IF e.1: Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
- IF e.4: Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u. a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.12

**Thema des UV (BF 7.12): „Wir suchen den Kaiser“ - Wir organisieren ein (Kaiser-) Turnier im Badminton** (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• normgebunden mit- und gegeneinander Wettkämpfen<br>• sich auf die individuellen Gegebenheiten des Partners/ Gegners einstellen<br>• Regeln zum fairen Miteinander erarbeiten - Rituale (z.B. Begrüßung, Auslobung) erarbeiten und einhalten<br>• Abschlussturnier organisieren | • Einzel- und Doppel-Wettkämpfe<br>• Selbst- und Fremdbe-obachtungen hinsichtlich der Einhaltung der Regeln<br>• Spielregeln situations-angemessen verändern sowie Schiedsrichter-tätigkeiten bzw. Linienrichtertätigkeiten übernehmen | **Gegenstände**<br>• Erprobung verschiedner Turnierformen und PunktzählweisenZählweise n Vertrauensfördernde Spiele/ Gruppenspiele<br>- Erarbeiten und Erproben von Regeln zum fairen Kämpfen (evtl. auf Poster fest- halten)<br>- Einfache Kampfspiele (z.B. mit und um den Medizinball, Matten-kämpfe)<br>- Durchführung eines Kaiserturniers im Einzel und/oder Doppel<br><br>**Fachbegriffe**<br>• KO-System, „Schweizer-System, Plus-Rangliste, Punktesystem | **prozesssbegleitend:**<br>Beobachtungskriterien:<br>• Mitarbeit in den einzelnen Phasen<br>• Anstrengungsbereitschaft und Motivation in Wettkampfsituationen Technisch- koordinative Fähigkeiten unter verschiedenen Belastungsmodifikationen<br>• Organisation (Regeln entwickeln und einhalten, Turnier planen)<br>**Punktuell:**<br>Beobachtungskriterien<br>• :Wettkampfspiele im Einzel und Doppelmodus:<br>• Beurteilung:<br>- Handlungsfähigkeit in der Defense<br>- Handlungsfähigkeit in der Offense |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 8.1** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport** | **A** / C | **6** | 6 | alle BFs | 22 |

**Thema des UV: „Wir rollen davon“- Sicheres Bewegen auf Rollen (Pedalos, Waveboard)**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 8.1, 6 BWK 8.2, 6 MK 8.1, 6 UK 8.1**

**Bewegungs-und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 8.1 sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät sicher fortbewegen, sowie die Fahrtrichtung ändern, ausweichen und bremsen. Hindernisse geschickt umfahren sowie situations-und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen.
- BWK 8.2 Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen und gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen.

**Methodenkompetenz:**

- MK 8.1 grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten**.**

**Urteilskompetenz:**

- UK 8.1 Gefahrenmomente beim Gleiten oder Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, a 2**, e1, e2

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung
- IF a.2: Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

**Kooperation und Konkurrenz (c)**

- IF c.1: Spannung und Risiko
- IF c.2: Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 8.1

**Thema des UV (BF: 8.1): „Wir rollen, fahren und gleiten“ – Sicheres und geschicktes Fortbewegen mit unterschiedlichen Geräten** (6 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Unterschiedliche Anforderungen an das Gleichgewicht durch verschiedene Rollgeräte erleben (Rollbretter, Pedalos, Waveboards)<br>• Unterschiedliche Möglichkeiten der Fortbewegung erleben<br>• Variation der Geschwindigkeit erfahren<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Gleichgewicht<br>• Koordination | **Lernaufgabe**<br>• Erproben verschiedener Fortbewegungsmöglichkeiten mit den unterschiedlichen Rollgeräten, eigene Übungsformen entwickeln und diese als Herausforderung ansehen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Erproben und Entwickeln | **Gegenstände**<br>• Fortbewegung mit Pedalos, Rollbrettern, Waveboards<br>• Fahren alleine und mit dem Partner<br>• Rollgeräte unterscheiden und benennen können | **prozessbegleitend:**<br>• Übungsformen entwickeln<br>• Kreativität der Schüler<br><br>**punktuell**<br>• Bewegungsdemonstration mit einem der Rollgeräte nach erarbeiteten Kriterien |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 8.2** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport** | A / **C** | **7** | 6 | alle BFs | 33 |

**Thema des UV: Vom kleinen aufs große Rad – Kennenlernen einfacher Übungen unter Anleitung im Rhönrad**

**Kompetenzerwartungen: 8 BWK 8.1, 8 MK 8.1, 8 UK 8.1**

**Bewegungs-und Wahrnehmungskompetenz**

- BWK 8.1 komplexere Bewegungsabläufe des ausgewählten Schwerpunktes beim Gleiten oder Fahren oder Rollen kontrollieren und eine vorgegebene Strecke/Parcours schnell oder ausdauernd bewältigen.

**Methodenkompetenz**

- MK 8.1 Gefahrensituationen in ausgewählten Lern- und Übungsprozessen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen erkennen, benennen und vereinbarte Sicherheits- und Organisationsmaßnahmen einhalten.

**Urteilskompetenz**

- UK 8.1 die Anforderungen zur Bewältigung von Gleit-, Fahr- oder Rollsituationen einschätzen und den Schwierigkeitsgrad beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a1, **c1, c2**

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung

**Kooperation und Konkurrenz (c)**

- IF c.1: Spannung und Risiko
- IF c.2: Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 8.2

**Thema des UV (BF 8.2): Vom kleinen aufs große Rad – Kennenlernen einfacher Übungen unter Anleitung im Rhönrad** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Unterschiedliche Anforderungen an das Gleichgewicht durch das Rhönrad<br>• Unterschiedliche Möglichkeiten der Fortbewegung erleben<br>• Variation der Geschwindigkeit erfahren<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Gleichgewicht<br>• Koordination | **Lernaufgabe:**<br>• Erproben verschiedener Fortbewegungsmöglichkeiten mit dem Rhönrad (vorwärts und rückwärts und verschiedenen Körperhaltungen), eigene Choreographie entwickeln und diese als Herausforderung ansehen<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Erproben und Entwickeln | **Gegenstände**<br>• Fortbewegung mit Rhönrad<br>• Fahren alleine und mit dem Partner<br>**Sicherheitsaspekte** | **prozessbegleitend:**<br>• Übungsformen entwickeln<br>• Kreativität der Schüler<br><br>**punktuell:**<br>• Bewegungsdemonstration bei einer selbsterstellten Übung |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 8.3** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport** | **A** | **10** | 8 | alle BFs | 57 |

**Thema des UV: „Aus zwei mach eins“- Sommerbiathlon kennenlernen und durchführen**

**Kompetenzerwartungen: 10 BWK 8.1, 10 BWK 8.2, 10 MK 8.1, 10 UK 8.1, 10 UK 8.2**

**Bewegungs-und Wahrnehmungskompetenz**

- BWK 8.1 sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Berücksichtigung der Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentral Bewegungsmerkmale nach vorgegebenen Kriterien erläutern
- BWK 8.2 technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheitsgerecht und Gelände angepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben sowie Möglichkeiten der Bewegungshilfe und –sicherung erläutern.

**Methodenkompetenz**

- MK 8.1 beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z.B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen, Ruderkommandos, Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden.

**Urteilskompetenz**

- UK 8.1 die situativen Anforderungen (z.B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen.
- UK 8.2 Sinnzusammenhänge beim Gleiten oder Fahren oder Rollen in (z.B. als Freizeit- und Naturerlebnis, als Gruppenerlebnis, als Bewegungsgestaltung sowie unter Leistungs- bzw. Wagnisaspekten) unterscheiden und beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, a3**

**Kooperation und Konkurrenz (a)**

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung
- IF a.2: Informationsaufnahme und –vereinbarung bei sportlichen Bewegungen
- IF a.3: Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 8.3

**Thema des UV (BF 8.3): „Aus zwei mach eins“- Sommerbiathlon kennenlernen und durchführen** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Unterschiedliche Anforderungen an das Gleichgewicht durch die Benutzung der Skikes<br>• Erlernen der Skatertechnik bzw. der Bremstechnik<br>• Variation der Geschwindigkeit erfahren<br>• Schießtechnik beim Biathlon erlernen<br>**Fachbegriffe**<br>• Gleichgewicht<br>• Koordination<br>• Kondition und Ausdauer | **Lernaufgabe:**<br>• Erproben verschiedener Skatertechniken<br>• Bewusstes Wahrnehmen des eigenen Körpers unter Belastung<br>**Fachbegriffe**<br>• Erproben und Wahrnehmen | **Gegenstände**<br>• Fortbewegung auf den Skikes<br>• Handhabung der Waffe und der Zielvorrichtung<br>**Sicherheitsaspekte** | **prozessbegleitend:**<br>• Wettkampfsformen entwickeln<br>• Entwicklung eigener Regeln zum Wettkämpfen<br>**punktuell:**<br>• Bewegungsdemonstration der einzelnen Techniken |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 9.1** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport** | A / C / **E** | **5** | 8 | | 5 |

**Thema des UV:** Gegeneinander setzt miteinander voraus – verantwortungsvolles Verhalten in spielerischen Partnerkämpfen

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 9.1, 6 BWK 9.2, 6 MK 9.1, 6 MK 9.2, 6 UK 9.1, 6 UK 9.2**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 9.1 normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen
- BWK 9.2 sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und Verantwortung für sich und die Partnerin/den Partner übernehmen

**Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können**

- MK 9.1 grundlegende Regeln entwickeln, in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden.
- MK 9.2 durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von grundlegenden Techniken zum Erfolg verhelfen.

**Urteilskompetenz:**

- UK 9.1 einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten
- UK 9.2 die Chancengleichheit von Kampfpaarungen in Kampfsituationen beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a1, a2, c2, c3, **e1, e2, e4**

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a):**

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung
- IF a.2: Informationsaufnahme und – verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

**Wagnis und Verantwortung (c):**

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

**Kooperation und Konkurrenz (e):**

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

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 9.1

**Thema des UV (BF 9.1): Gegeneinander setzt miteinander voraus – verantwortungsvolles Verhalten in spielerischen Partnerkämpfen** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Auf einen Partner einlassen und ver.trauen<br>• Körperkontakt zulassen<br>• Rituale einüben<br>• Regeln vereinbaren und einhalten<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Sicherheitsaspekte | • Bodenkämpfe ohne Würfe auf Turnmatten und Weichböden zielgerichtet durchführen<br>• Partnerkämpfe<br>• Mattenschiedsrichter sein<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Kooperieren<br>• Verletzungsprophylaxe<br>• dosieren | • Ziehen, Schieben und aus dem Gleichgewicht bringen (Boden, Kniestand und im Stand)<br>• Regeln und Rituale vereinbaren und einhalten<br>• Körperkontakt spielerisch anbahnen<br>• Kleine Wettbewerbe<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Stop-Regel<br>• Begrüßungsrituale vor dem Kampf | **prozessbegleitend:**<br>• Unterstützung eines reibungslosen Stundenverlaufs<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Umgang mit Sieg /Niederlage<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Sicherer Auf- und Abbau<br>• Hilfsbereitschaft<br>• Empathie<br>• Verantwortungsbewusstsein<br><br>**punktuell:**<br>• Partnerkampf<br>Beobachtungskriterien:<br>• Bewegungsausführung und -qualität |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 9.2** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport** | C / **E /** F | **8** | 8 | | 42 |

**Thema des UV: „Von der Turnhalle zum Dojo“ - erstes Kennenlernen von Halte- und Befreiungsgriffen im Judo**

**Kompetenzerwartungen: 8 BWK 9.1, 8 BWK 9.2, 8 MK 9.1, 8 MK 9.2, 8 UK 9.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 9.1 normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen (z.B. bei grundlegenden Wurf-, Fall- und Bodenkampftechniken) von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen.
- BWK 9.2 körperlich bedingte Vor- und Nachteile erkennen, benennen und Nachteilsausgleiche entwickeln und umsetzen.

**Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können**

- MK 9.1 grundlegende Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden.
- MK 9.2 durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von komplexen Techniken zum Erfolg verhelfen.

**Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können**

- UK 9.1 komplexe Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** c3, e1, e3, e4, f1

**Wagnis und Verantwortung (c):**

- IF c.3: Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder –minderung)

**Kooperation und Konkurrenz (e):**

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

**Gesundheit (f):**

- IF f.1: Unfall- und Verletzungsprophylaxe

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 9.2

**Thema des UV (BF 9.2): „Von der Turnhalle zum Dojo“ - erstes Kennenlernen von Halte- und Befreiungsgriffen im Judo** (8 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Fallen ohne Schmerzen<br>• Anfängergerechte Festhaltetechniken<br>• Befreiungsstrategien<br>• Nachteilsausgleich entwickeln<br>• Auf einen Partner einlassen und vertrauen<br>• Körperkontakt zulassen<br>• Rituale einüben<br>• Regeln vereinbaren und einhalten<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Sicherheitsaspekte (Prinzipien des Fallens)<br>• Schlüsselstellen der Techniken: körpernah, niedriger Schwerpunkt, großflächig, dynamische Spannung<br>• Technikfehler im Haltegriff erkennen und nutzen | • Physik des Fallens<br>• Bewegungsabläufe verdeutlichen<br>• Fallen aus geringer Höhe<br>• Dynamisches Fallen<br>• Partnerschaftlich Haltemöglichkeiten (ohne Befreiung) suchen<br>• Partnerschaftlich Techniken/Möglichkeiten der Befreiung suchen<br>• Handicap für „Stärkeren“<br>• Bodenkämpfe (ohne Würfe) auf Turnmatten und Weichböden zielgerichtet durchführen<br>• Partnerkämpfe<br>• Mattenschiedsrichter sein<br><br>**Fachbegriffe**<br>• (Körper)Schwerpunkt<br>• Fallhöhe<br>• Energie<br>• Hebel, Aufschaukeln<br>• Handicap<br>• Kooperieren<br>• Verletzungsprophylaxe<br>• dosieren | • Fallschulen (vw, sw, rw)<br>• Halte- und Befreiungsgriffe/-techniken<br>• Nachteilsausgleich<br>• Ziehen, Schieben und aus dem Gleichgewicht bringen (Boden, Kniestand und im Stand)<br>• Regeln und Rituale vereinbaren und einhalten<br>• Körperkontakt spielerisch anbahnen<br>• Kleine Wettbewerbe<br><br>**Fachbegriffe**<br>• Prinzipien des Fallens (Kopfschutz, Abrollen, Körperspannung, Abschlagen, Ausatmen)<br>• Dreistützpunkte-Haltegriff (Kuzure-kesa-gatame)<br>• Vierstützpunkte-Haltegriff (Mune-gatame)<br>• Hebel / Aufschaukeln<br>• Stop-Regel<br>• Begrüßungsrituale vor dem Kampf | **prozessbegleitend:**<br>• Unterstützung eines reibungslosen Stundenverlaufs<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Umgang mit Sieg /Niederlage<br>• Bewertung von Situationen<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Fachbegriffe<br>• Sicherer Auf- und Abbau<br>• Hilfsbereitschaft<br>• Empathie<br>• Verantwortungsbewusstsein (Sicherheitsaspekte)<br><br>**punktuell:**<br>• Partnerkampf<br><br>Beobachtungskriterien:<br>• Bewegungsausführung und -qualität |

| **Bewegungsfeld/Sportbereich: 9.3** | **Päd. Perspektive leitend/**ergänzend | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport** | A / C / **E** | **9** | 10 | | 47 |

**Thema des UV: „Sieg ohne k.o." - Lösungen für Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Austausch nutzen**

**Kompetenzerwartungen: 10 BWK 9.1, 10 BWK 9.2, 10 MK 9.1, 10 MK 9.2, 10 UK 9.1, 10 UK 9.2**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- BWK 9.1 grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Techniken zum Fallen, Halten und Befreien) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z.B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und grundlegend in ihrer Funktion erläutern.
- BWK 9.2 mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen.

**Methodenkompetenz:**

- MK 9.1 Regeln für Chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten.
- MK 9.2 kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben.

**Urteilskompetenz:**

- UK 9.1 die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen nach vereinbarten Kriterien beurteilen.
- UK 9.2 Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikampf beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a1, c2, c3, e1, e4

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a):**

- IF a.1: Wahrnehmung und Körpererfahrung

**Wagnis und Verantwortung (c):**

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

**Kooperation und Konkurrenz (e):**

- IF e.1: Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
- IF e.4: Organisation on Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftwettbewerbe)

## Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen BF 9.3

**Thema des UV (BF 9.3): „Sieg ohne k.o." - Lösungen für Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Austausch nutzen** (10 Stunden)

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Gegenstände / Fachbegriffe | Leistungsbewertung |
|---|---|---|---|
| **Inhalte**<br>• Fallen ohne Schmerzen<br>• (anfängergerechte) Festhaltetechniken<br>• Befreiungsstrategien<br>• Ausweichen, Blocken, Fintieren (Taktik)<br>• Techniken/Möglichkeiten des Werfens<br>• Übergang Werfen→Fallen<br>Anwenden und erläutern<br>• Auf einen Partner einlassen und vertrauen<br>• Körperkontakt zulassen<br>• Rituale einüben<br>• Regeln vereinbaren und einhalten (Fairness)<br>**Fachbegriffe**<br>• Sicherheitsaspekte (Prinzipien des Fallens)<br>• Schlüsselstellen der Techniken: körpernah, niedriger Schwerpunkt, großflächig, dynamische Spannung<br>• Technikfehler im Haltegriff erkennen und nutzen | • Physik des Fallens<br>• Bewegungsabläufe verdeutlichen<br>• Fallen aus geringer Höhe<br>• Dynamisches Fallen<br>• Haltemöglichkeiten (ohne Befreiung) suchen<br>• Techniken/Möglichkeiten der Befreiung suchen<br>• Partnerschaftlich Techniken/Möglichkeiten des Werfens suchen<br>• Übergang Werfen→Fallen<br>• Bodenkämpfe auf Turnmatten und Weichböden zielgerichtet durchführen<br>• Partnerkämpfe<br>• Mattenschiedsrichter sein<br>**Fachbegriffe**<br>• (Körper)Schwerpunkt<br>• Fallhöhe<br>• Energie<br>• Hebel, Aufschaukeln<br>• (s. Gegenstand)<br>• Kooperieren<br>• Verletzungsprophylaxe<br>• dosieren | • Techniken zum Fallen, Halten und Befreien<br>• Taktische Fähigkeiten<br>• Regeln und „Chancengleichheit"<br>• Kriteriengeleitetes Partnerfeedback<br>• Leistungsfähigkeit beurteilen<br>• Nachteilsausgleich<br>• Grundlegende Wurftechniken<br>**Fachbegriffe**<br>• Fallschulen vw, rw,sw<br>• Schwerpunkt<br>• Hebel<br>• Ausweichen, Blocken, Fintieren<br>• Chancengleichheit<br>• Partnerfeedback<br>• Beinstellen (O-soto-otoshi) und<br>• (großer) Hüftwurf (O-goshi)<br>• Fußfeger (De-ashi-barai)<br>• große Außensichel (O-soto-gari)<br>• kleine Innensichel (Ko-uchi-gari)<br>• Große Innensichel (O-uchi-gari)<br>• Fußstopper (Sasae-tsuri-komi-ashi)<br>• kleiner Hüftwurf (Uki-goshi) | **prozessbegleitend:**<br>• Beurteilung von Situationen<br>• Partnerfeedback<br>• Unterstützung eines reibungslosen Stundenverlaufs<br>• Anstrengungsbereitschaft<br>• Umgang mit Sieg /Niederlage<br>Beobachtungskriterien:<br>• Fachbegriffe<br>• Sicherer Auf- und Abbau<br>• Hilfsbereitschaft<br>• Empathie<br>• Verantwortungsbewusstsein<br>**punktuell:**<br>• Partnerkampf<br>• Beurteilung von Situationen<br>Beobachtungskriterien:<br>• Bewegungsausführung und -qualität |