

<p>Jgst/Nr. 7/1.3</p>	<p>Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF 1-Körper wahrnehmen und Bew.fä. ausprägen: Fitness- und Konditionstraining-Schlank und fit?</p>	<p>Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt: Päd. Persp. It. KLP: (A) Bew.-Struktur & Bew.-Lernen: Wahrnehmung und Körpererfahrungen (F) Gesundheit: Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens/ Körperideale</p>
<p>Kompetenzerwartungen</p>		
<p>Kompetenzbereich 1: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen – auch unter Druckbedingungen – zeigen</p>		<p>Kompetenzbereich 2: Methodenkompetenz: grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen</p>
<p>Kompetenzbereich 3: Urteilskompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen, • gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen. 		
<p><u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Ausdauertest (Bsp.:Bleep-Test) Koordinationstests Gut: vgl. Bewertungsmaßstäbe Bleep-test Ausreichend: vgl. Bewertungsmaßstäbe Bleep-test</p>	<p><u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u> Koordinationsübungen anhand von Lernkarten verstehen und umsetzen Körperideale hinterfragen: Muss jeder schlank und fit sein?</p>	<p><u>Anregungen:</u> Teilnahme an kleineren Stadtläufen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eschweiler Volkslauf (LSG/März) • Dürwisser Volkslauf (Germania Dürwiss/August) • Volkslauf MCE (September)

<p>Jgst/Nr. 7/2.3</p>	<p>Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF 2 - Wer? Wann? Was? Wo? Wie? – Selbstständige Erarbeitung und Erprobung des Spiels „Tchoukball“</p>	<p>Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt: Päd. Persp. It. KLP: (E) Kooperation und Konkurrenz: (1) Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen), (3) (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen</p>	
<p>Kompetenzerwartungen</p>			
<p>Kompetenzbereich 1: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> * (1)Spielübergreifende technisch-kordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden 		<p>Kompetenzbereich 2: Methodenkompetenz</p> <ul style="list-style-type: none"> * Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u.a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern 	
<p>Kompetenzbereich 3: Urteilskompetenz</p> <ul style="list-style-type: none"> * Bewegungsspiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen 			
<p><u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gut: SuS wenden unterschiedliche Verteidigungs- und Angriffsstrategien an (Raumverteidigung/ Mann-Deckung, Alleingänge/Mannschaftsspiel Ausreichend: Freilaufen und Anbieten</p>	<p><u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u> Passen und Fangen Wurf auf das Tchouknetz Verteidigungsstrategien Angriffsstrategien</p>	<p><u>Anregungen:</u> Minitramp oder Reutherbrett</p>	

<p>Jgst/Nr. 7/3.5</p>	<p>Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF 3-LA – Wer sammelt sie meisten Punkte in ausgesuchten Disziplinen? – eine leichtathletischen Mehrkampf planen, durchführen und auswerten/ Vielseitigkeit schulen</p>	<p>Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt: Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.struktur und Bew.lernen: (2) Informationsaufnahme und -verarbeitung, (B) Bew.gestaltung: (2) Variationen v. Bewegungen</p>
<p>Kompetenzerwartungen</p>		
<p>Kompetenzbereich 1: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (1) Lauf, Sprung, Wurf auf erweitertem technisch-koordinativen Leistungsniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern</p>		<p>Kompetenzbereich 2: Methodenkompetenz: : (1) leichtathl. Wettkampfregeln erläutern, gemeinsam einen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten.(2) selbstständig für die Verbesserung der leichtathl. Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs erfassen.</p>
<p>Kompetenzbereich 3: Urteilskompetenz: (1) die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen.</p>		
<p><u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gut: ausgeprägte technisch-koordinative Fertigkeiten in Lauf, Sprung und Wurf Ausreichend: Mängel in Bew.genauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus Anstrengungsbereitschaft Selbstständiges, eigenverantwortliches Arbeiten</p>	<p><u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u> eigenverantwortlich in der Gruppe trainieren</p>	<p><u>Anregungen:</u> Sportplatz, Außengelände Schule/Sporthalle Sportabzeichen</p>

<p>Jgst/Nr. 7/3.6</p>	<p>Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF 3-LA – Biathlon: ausdauernd laufen und Ziele treffen – Durchführung eines klasseninternen Mannschaftswettkampfes</p>	<p>Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt: Päd. Persp. lt. KLP: (D) Leistung: 1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit, (E) Kooperation und Konkurrenz: 1) Mit- und Gegeneinander</p>	
<p>Kompetenzerwartungen</p>			
<p>Kompetenzbereich 1: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (4) einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfvhaltens durchführen.</p>		<p>Kompetenzbereich 2: Methodenkompetenz: : (1) leichtathl. Wettkampfbregeln erläutern, gemeinsam einen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten</p>	
<p>Kompetenzbereich 3:</p>			
<p><u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Kooperieren, organisieren, situations- und altersangemessenes Arbeiten bis zur Zielerreichung</p>	<p><u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u> eigenverantwortlich in der Gruppe üben</p>	<p><u>Anregungen:</u> Sporthalle, Sportplatz</p>	

<p>Jgst/Nr. 7/5.3</p>	<p>Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF 5-Bewegen an Geräten – Turnen - Körper- und Bewegungserfahrungen am Boden sammeln</p>	<p>Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt: Päd. Persp. lt. KLP: (A, B, E) Kennen lernen verschiedener Bodenturnelemente und die kreative Auseinandersetzung mit Bewegungsformen</p>
<p>Kompetenzerwartungen</p>		
<p>Kompetenzbereich 1: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (1) an Turngeräten turnerische Bewegungen auf technisch- koordinativ grundlegendem Niveau normungebunden und normgebunden ausführen und verbinden (4) zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern</p>		<p>Kompetenzbereich 2: Methodenkompetenz: (2) Bewegungsgestaltungen und – kombinationen zusammenstellen und präsentieren (3) sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern</p>
<p>Kompetenzbereich 3: Urteilskompetenz: (2) eine Präsentation nach ausgewählten Kriterien bewerten.</p>		
<p><u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gut: z. B. eigenständig in den Handstand aufschwingen können, kurz im Handstand stehen und anschließend abrollen bis in den Stand (Mit einer Bewegungssicherung) Ausreichend: z. B. mit 2 Hilfestellungen in den Handstand aufschwingen (nicht in den Handstand gehoben werden), mit der Hilfestellung im Handstand stehen (Ganzkörperspannung muss erkennbar sein), wieder abschwinger in den Stand</p>	<p><u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u> eigenverantwortlich in der Gruppe üben und trainieren Zerlegen verschiedener Elemente in einzelne Abschnitte, die separat geübt werden können</p>	<p><u>Anregungen:</u></p>

<p>Jgst/Nr. 7/6.4</p>	<p>Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF6 Fit in Form- tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik nutzen</p>	<p>Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt: Päd. Persp. It. KLP: (F) Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (2) Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkung des Sporttreibens (3) unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (B) Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten: (1) Gestaltungsformen und –kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (2) Variationen von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch)</p>
<p>Kompetenzerwartungen</p>		
<p>Kompetenzbereich 1: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens - auch in der Gruppe - strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern.</p>		<p>Kompetenzbereich 2: Methodenkompetenz: ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder Gestaltungsthemen Kompositionen kriteriengeleitet allein oder in der Gruppe – entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z.B. Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern.</p>
<p>Kompetenzbereich 3: Urteilskompetenz: die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.</p>		
<p><u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gemeinsame Fitnessdarbietung Gut: SuS zeigen eine Fitnessdarbietung ohne Ausführungsfehler und können diese anderen SuS vermitteln Ausreichend: SuS bewältigen gestellte Aufgaben selten oder nur zum Teil, Team arbeitet unzureichend zusammen</p>	<p><u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u> Fit in Form- tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik nutzen</p>	<p><u>Anregungen:</u> Unterrichtssequenzen gestaltet nach Muskelgruppen Erstellung einer Einzelchoreographie zur Kräftigung bzw. Dehnung (fließender Übergang der Bewegungen)</p>

<p>Jgst/Nr. 7/7.5</p>	<p>Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF7-Spielen in und mit Regelstrukturen – Fußball: Die gegnerischen Spieler überlisten – komplexe Spielsituationen wahrnehmen und angemessen handeln</p>	<p>Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt: Päd. Persp. It. KLP: (A) Bew.-Struktur & Bew.-Lernen: Wahrnehmung und Körpererfahrung; (E): Kooperation und Konkurrenz: (1)Mit- und Gegeneinander, (2) (Spiel-)Regeln und deren altersgemäße Veränderungen</p>
<p>Kompetenzerwartungen</p>		
<p>Kompetenzbereich 1: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sportspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren • Fußball auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht, situativ angemessen, fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spiel erläutern 		<p>Kompetenzbereich 2: Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abbildungen von Spielsituationen (z.B. Foto, Film) erläutern • Spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden
<p>Kompetenzbereich 3: Urteilskompetenz: Die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten und die individuelle Spielfähigkeit beurteilen</p>		
<p><u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gut: SuS verfügen über grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten (erfolgreiches Passspiel, Dribbling, Finten), und können diese situativ (mannschaftsdienlich) anwenden Ausreichend: SuS verfügen nur ansatzweise über grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten (Pässe erreichen selten den Mitspieler) und können nur selten zu guter Mannschaftsleistung beitragen.</p>	<p><u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u> In kleinen Gruppen Spielzüge ausprobieren und üben</p>	<p><u>Anregungen:</u> Passspiele, Passen und Torschuss Spiele 4:4, 5:5 auf unterschiedliche Tore mit und ohne Torwart</p>

<p>Jgst/Nr. 7/7.6</p>	<p>Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF7-Spielen in und mit Regelstrukturen – Tischtennis mit- und gegeneinander spielen</p>	<p>Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt: Päd. Persp. lt. KLP: (D): Kooperation und Konkurrenz: (1)Mit- und Gegeneinander, (2) (Spiel-)Regeln und deren altersgemäÙe Veränderungen; (E): Leistung: (2) Methoden zur Leistungssteigerung</p>	
<p>Kompetenzerwartungen</p>			
<p>Kompetenzbereich 1: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tischtennis auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht, situativ angemessen, fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spiel erläutern 		<p>Kompetenzbereich 2: Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen 	
<p>Kompetenzbereich 3: Urteilskompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen • Die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten und die individuelle Spielfähigkeit beurteilen 			
<p><u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gut: SuS verfügen über grundlegende Schlagtechniken (Aufschlag – Rückschlag, Toppin, Block, Konter, Schupf), die die Schüler spielfähig machen Ausreichend: SuS verfügen nur ansatzweise über grundlegende Schlagtechniken und können diese nur gelegentlich anwenden. Ranglistenplatz</p>	<p><u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u> Selbstständiges Erproben und Erfahren der Grundtechniken in Spiel- und Übungsreihen; durch Verbesserung der Technik die Spielfähigkeit steigern</p>	<p><u>Anregungen:</u> Forderungsspiele, Kaiserturnier</p>	

<p>Jgst/Nr 7 / 9.2</p>	<p>Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport Boden- und Standkampf</p>	<p>Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt: Päd. Persp. lt. KLP: E, C Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen Etwas wagen und verantworten</p>
<p>Kompetenzerwartungen</p>		
<p>Kompetenzbereich 1: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</p> <p>(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 in ihrer Funktion erläutern</p> <p>(2) mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen</p>		<p>Kompetenzbereich 2: Methodenkompetenz</p> <p>(1) Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten</p> <p>(2)kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben</p>
<p>Kompetenzbereich 3: Urteilskompetenz</p> <p>(1) die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen</p> <p>(2) Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen</p>		
<p><u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> <u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * Übungsformen zu Taktik und Technik demonstrieren und beschreiben * Umsetzung der Wettkampfformen * Berücksichtigung der Regeln <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * Ausführungsqualität <p><u>punktuell</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * ausgewählte Wettkampfform (z.B. Sumo) <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * Anwendung der technischen Elemente * Bewegungsqualität der technischen Ausführung 	<p><u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * Entdecken, Prüfen und Experimentieren * Erproben unterschiedlicher Formen des Kräftemessens in spielerischer Form 	<p><u>Anregungen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * Kämpfen in Wettkampfsituationen (Klassenwettkämpfe; Sumo - Turnier)

