Lehrplan Sport

am

Städtischen Gymnasium Eschweiler

Gültig ab 1.2.2013

Inhaltsverzeichnis

1.	Präambel	2
2.	Grundlagen der Leistungsbewertung	7
3.	Hausaufgaben-Konzept	7
4.	Lehrbücher und Medien	7
5.	Curriculum Sekundarstufe I	7
6.	Curriculum Jahrgangsstufe 10 / EF	60
7.	Curriculum Jahrgangsstufe 11 / Q1 und 12 / Q2	70
8.	Projekte	77
9.	Leistungstabellen	79

1. Präambel

1.1 Leitbild für das Fach Sport

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

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

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

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

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

Zur Entwicklung und Förderung dieser Persönlichkeitsattribute leistet die Fachschaft Sport durch die Gestaltung des Schulsportprogramms einen bedeutsamen Beitrag, der dem Bildungs- und Erziehungsauftrag einer bewegungsfreudigen und gesunden Schule gerecht wird.

Um Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen, sich über die Schulzeit hinaus für den Sport zu engagieren, bietet sie Schülerinnen und Schülern neben dem

Pflichtunterricht die Möglichkeit, im Kurssystem der gymnasialen Oberstufe sowie im Rahmen der Ausbildung zum DFB-Vereinsassistenten vertieft Einblick in wissenschaftspropädeutisches Arbeiten zu erhalten.

Darüber hinaus können Schülerinnen und Schüler vielfältige Möglichkeiten im Rahmen von AGs sowie des außerunterrichtlichen Sports in der Schule nutzen.

1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung

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

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

Koordinatorin für die Unterrichtsentwicklung, das Fortbildungskonzept der Fachschaft Sport sowie für die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne sind Frau Gühsgen und Frau Hellmich. Die Koordinatorinnen verpflichten sich dazu, Inhalte und Maßnahmen zur Unterrichtsentwicklung zeitnah in der Fachkonferenz umzusetzen.

Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Entwicklung eines Leitbildes mit dem Ziel der Förderung des Sports in der Schule. Das Leitbild ist der Schulöffentlichkeit vorzulegen und regelmäßig im Abstand von 5 Jahren zu evaluieren und fortzuschreiben. Die Schülerinnen und Schüler sowie die Eltern sind an der Evaluation zu beteiligen.

Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Einführung eines Schulsportentwicklungsprogramms, das regelmäßig evaluiert und fortgeschrieben wird. Dazu erstellt sie einen Balkenplan, der die Arbeitsschwerpunkte sowie Entwicklung und Rechenschaftslegung gegenüber der Schulöffentlichkeit darlegt.

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

1.3 Sportstättenangebot

Sportstätten der Schule:

- Städtische Dreifachsporthalle
- Schuleigene Einfachsporthalle
- Spielwiese mit 4 Toren

Im Umfeld der Schule:

- Sportplatz mit 4 Laufbahnen, 2 Sprunggruben sowie 1 Kugelstoßanlage, Fußballfeld
- Nutzung des städtischen Hallenbades (8 Std./Wo.)
- Kooperation mit einem örtlichen Fußballverein – Nutzungsmöglichkeiten des Kunstrasenplatzes
- Nutzung des Freibades im Sommer
- Fahrrad- und Inlineskaterstrecke rund um den Blausteinsee

1.4 Unterrichtsangebot

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

- Regelunterricht der Klassen 5 – 8: 3-stündig, 9: 2-stündig
- Einführungsphase der GOSt: 2-stündig
- Qualifikationsphase der GOSt - Grundkurs: 2-stündig

Für den Regelunterricht in der Sekundarstufe I gelten die Kernlehrpläne Sport Sek. I am Gymnasium in der Fassung vom 11.5.2011. Der Sportunterricht wird in fast allen Jahrgangsstufen gemäß Stundentafel erteilt.

In den Jahrgangsstufen 8 und 9 wird der Sportunterricht getrennt geschlechtlich (monoedukativ) erteilt.

In der gymnasialen Oberstufe findet der Sportunterricht im Rahmen des Pflichtunterrichts in der Einführungsphase und in der Qualifikationsphase 2-stündig statt.

Die Fachkonferenz vereinbart, dass in der Einführungsphase ein Sportkurs mit dem Schwerpunkt „Fußball – Ausbildung zum DFB-Vereinsassistenten" durchgeführt wird. Für das DFB-Projekt ist Frau Hellmich verantwortlich.

1.5 Außerunterrichtliches Sportangebot

Die Fachkonferenz empfiehlt der Schulkonferenz, Bewegung, Spiel und Sport im Schulprogramm zu verankern. Im Rahmen des außerunterrichtlichen Schulsports der Schule wird Schülerinnen und Schülern ein vielfältiges zusätzliches Angebot in verschiedenen Sportbereichen gemacht. Dabei ist eine Kooperation mit außerschulischen Partnerinnen und Partnern des Sports anzustreben. Ansprechpartner für Bewegung, Spiel und Sport in diesem Bereich ist Frau Hellmich.

Die Schule unterstützt dabei besonders die Teilnahme am Wettbewerb „Jugend trainiert für Olympia“.

1.6 Weitere AG-Angebote

Folgende AGs *(s. Aushang in den Sportschaukästen)* werden zur Zeit in der Schule angeboten:

- Fußball für Mädchen und Jungen der Klassen 5 – 7
- Tischtennis
- Basketball
- Hip Hop

1.7 Handlungsprogramm zur Förderung des Schwimmens

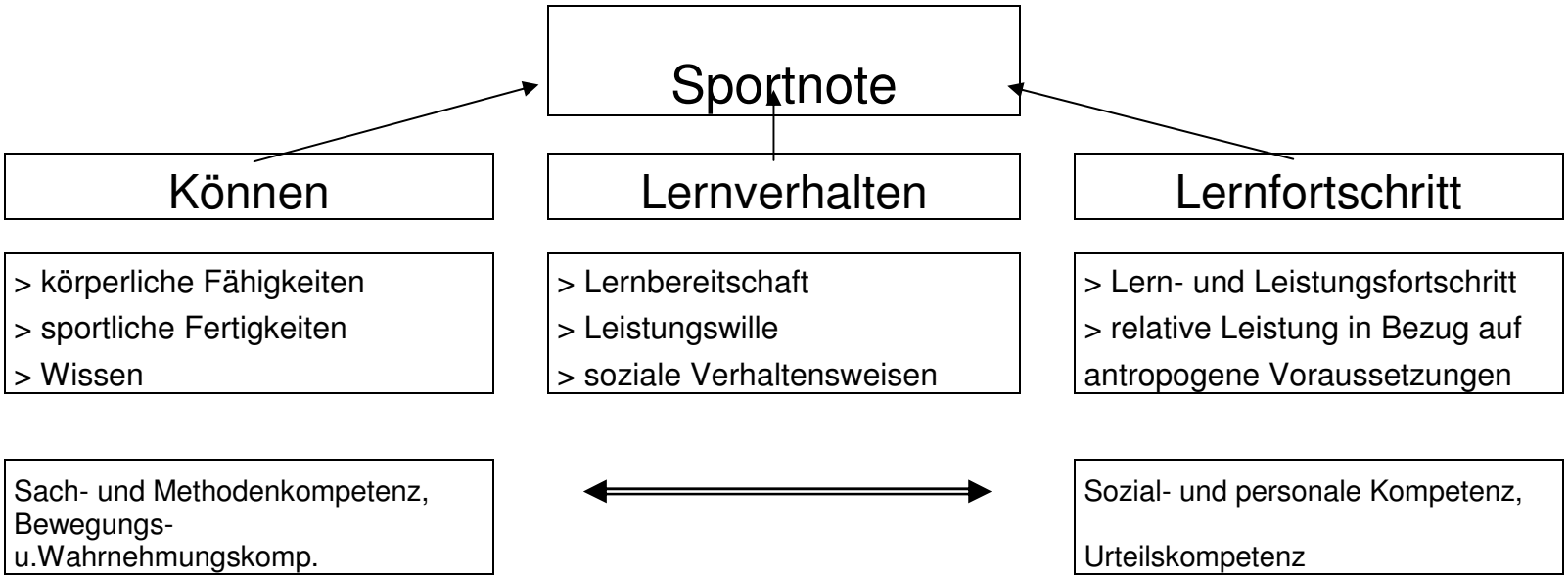
Schwimmen können ist wichtiger Bestandteil unserer Kultur. Schwimmen lernen und Schwimmen können bedeutet nicht nur die Fähigkeit, sich und andere vor dem Ertrinken zu bewahren, sondern bedeutet insbesondere auch den Zugang zu vielen Bewegungs- und Lebensbereichen (Urlaub am Meer oder am Badesee, Wassersport, Besuch im Schwimmbad).

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich deshalb zu folgendem Maßnahmenpaket:

- Die Fachkonferenz vereinbart, dass möglichst alle Schülerinnen und Schüler am Ende der Jahrgangsstufe 6 das Schwimmabzeichen in Bronze oder Silber erwerben.
- Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur regelmäßigen Informationsbeschaffung bzgl. der landesweiten Initiative „Schwimmen lernen und schwimmen können – gut und sicher“ (Quietschfidel). Alle Sportlehrer in den 5. und 6. Klassen verteilen die Einladungen zu diesem Ferienangebot (Osterferien und Herbstferien) insbesondere an Nichtschwimmerinnen und -schwimmer und motivieren diese zur Teilnahme.
- Die Fachkonferenz vereinbart, die Potenziale des Schwimmens auch Kindern und Jugendlichen mit Migrationshintergrund bewusst nutzbar zu machen. Entsprechende Angebote – auch schul(form-)übergreifend - sind zu nutzen. Dabei sind muslimische Mädchen zur Erlangung der Schwimmfähigkeit in besonderer Weise individuell zu fördern. In Konfliktfällen sind Schulleitung und die unterrichtende Lehrkraft verpflichtet, Information, Rat und Unterstützung durch entsprechende Integrationsbeauftragte und die obere Schulaufsicht einzuholen. Eine generelle Befreiung muslimischer Mädchen vom Schwimmunterricht ist nicht gestattet. Ggf. ist ein individuelles Förderprogramm für diese Mädchen zu entwickeln und zu organisieren und ggf. auch eine schul(form-)-übergreifende Schwimmgruppe für muslimische Mädchen unter Beachtung entsprechender Rahmenbedingungen

einzurichten. Interessierte Schülerinnen können sich bei EUROTÜRK e.V. in Aachen nach Schwimmmöglichkeiten für Mädchen und Frauen erkundigen.

2. Grundlagen der Leistungsbewertung



Bei der Festlegung der Gesamtnote bildet das Können (körperliche Fähigkeiten, sportliche Fertigkeiten und Wissen) die Basisnote. Lernbereitschaft und Lernfortschritt können die Gesamtnote um einen Skalenwert erhöhen oder absenken.
Der Ausdauertest der EF im 2. Quartal des 2. Halbjahres fließt zu einem Drittel in die Halbjahresnote mit ein.
Bewertungstabellen Leichtathletik und Ausdauertest im Anhang.

3. Hausaufgaben-Konzept

Zur selbstständigen Vorbereitung auf den Ausdauertest wird in der EF ein Ausdauertagebuch geführt. In diesem Tagebuch soll das eigenverantwortlich durchgeführte Training außerhalb des Sportunterrichts dokumentiert werden.

4. Lehrbücher und Medien

5. Curriculum Sekundarstufe I

Die Fachkonferenz Sport erstellt zur Sicherung des Kompetenzerwerbs in den beiden Kompetenzstufen einen schulinternen Lehrplan[1] auf der Grundlage des Kernlehrplans Sport Sek. I. Dazu legt sie – unter Berücksichtigung der Schwerpunkte im Schulsportprogramm – die Obligatorik der Unterrichtsvorhaben in der Sekundarstufe I fest und erstellt ein Übersichtsraster über Unterrichtsvorhaben (UV). Die einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche sind jeweils farbig markiert, so dass die Zugehörigkeit der UV zu den Bewegungsfeldern/ Sportbereichen erkennbar wird. Die UV werden für die jeweilige Jahrgangsstufe festgelegt und sind verbindlich. Sie enthalten Ausführungen zu den jeweils angebahnten Kompetenzerwartungen sowie zu den zentralen Inhalten auf der Grundlage der leitenden pädagogischen Perspektiven.

5.1 Grundsätze zur Schul- und Unterrichtsorganisation

Der Sportunterricht findet in den Jahrgangstufen 8 und 9 geschlechtshomogen statt. Hier soll den Neigungen der Mädchen und Jungen entgegen gekommen werden.

In der Qualifikationsphase bieten die eingesetzten Lehrkräfte Kurse ihren Neigungen entsprechend an. Dabei müssen unterschiedliche Kursprofile entsprechend der Anzahl der stattfindenden Kurse angeboten werden (Anlagen Kursangebot Oberstufe).

5.2 Obligatorik und Freiraum[2]

Die Fachkonferenz trifft Absprachen über die fachliche Ausgestaltung des Unterrichtsfreiraums im Umfang von bis zu 33 Prozent des Unterrichtsvolumens auf der Grundlage des Leitbildes sowie der Rahmenbedingungen der Schule. Die Berechnung des Freiraums geht von vollständig erteiltem Unterricht in den Jahrgangsstufen 5 – 8 aus. Durch im Einzelfall entstehende und unverzichtbare Unterrichtskürzungen bzw. –ausfälle und dadurch bedingter Zweistündigkeit in der Jahrgangsstufe 9 reduziert sich der Freiraum.

Das Städtische Gymnasium hat seine Stunden in den Jahrgangsstufen 5 – 8 auf drei Stunden, in der Jahrgangsstufe 9 auf zwei Stunden ausgerichtet. Der schulinternen (Sport-) Stundentafel sind Obligatorik und Freiraum zu entnehmen. Ist der Freiraum in den unteren Jahrgangsstufen zunächst noch geringer, so gewinnt er mit zunehmendem Alter der

1 Anlagen – schulinterner Lehrplan

2 Anlage – Obligatorik des schulinternen Lehrplans Sek. I

Schülerinnen und Schüler sowie sich zunehmend ausbildenden individuellen sportlichen Interessen und Neigungen mehr an Bedeutung.

Der weitere Freiraum soll für den Interessen und Neigungen der Schülerinnen und Schüler sowie der Lehrkraft entsprechende individuelle Bewegungs- und Sportangebote genutzt werden.

Alle Schülerinnen und Schüler haben außerdem im Rahmen des Sportunterrichts die Möglichkeit, die Bedingungen des Sportabzeichens zu erfüllen. Jährlich erfolgt die Verleihung des Sportabzeichens im Rahmen einer Feierstunde.

5.3 Ziele des Sportunterrichts in den beiden Kompetenzstufen

Der Sportunterricht in der Jahrgangsstufe 5 des Gymnasiums knüpft an die im Sportunterricht der Grundschule gewonnenen Erfahrungen an. Vorrangige Aufgabe in der Jahrgangsstufe 5 ist es, eigene Stärken zu entdecken und lernhinderliche und lernförderliche Faktoren beim sportlichen Lernprozess zu erkennen und zu verstehen. Es ist Aufgabe der Sportlehrkräfte, Schülerinnen und Schüler hierbei intensiv zu unterstützen und ggf. Eltern eingehend zu beraten. Dazu ist es erforderlich, kleine Aufgabenstellungen selbstständig oder in kleinen Gruppen zu erarbeiten sowie eigenverantwortlich durchzuführen; dazu gehört z. B. das Aufwärmen, kleinere Präsentationen sowie Kleine Spiele oder Pausenspiele selbst organisiert durchzuführen oder altersangemessen in der Schule aber auch eigenverantwortlich organisiert die konditionellen Voraussetzungen zu entwickeln und zu fördern.

Vorrangiges Ziel des Sportunterrichts in den Jahrgangsstufen 5 und 6 ist die Förderung der Wahrnehmungsfähigkeit sowie der Kooperations- und Teamfähigkeit. Leitende pädagogische Perspektiven im Sport der Erprobungsstufe sind dementsprechend die Perspektive „Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern“ (A) sowie die Perspektive „Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen“ (E). Unter diesen Perspektiven geht es einerseits darum, noch unbekannte Bewegungen zu erfahren und kennen zu lernen, aber auch die eigene Wahrnehmungsfähigkeit zu verbessern und Bewegung, Spiel und Sport und seine positiven Auswirkungen auf junge Menschen erfahrbar zu machen. Darüber hinaus ermöglicht sportliches Handeln, dass unter der Perspektive (A) Spannung und Genuss, Freude und Entspannung beim Sport erfahren werden können, aber auch negative Emotionen auftreten können, die es zu bewältigen gilt.

Darüber hinaus soll das gemeinsame Mit- und Gegeneinander beim sportlichen Handeln einen Beitrag dazu leisten, einerseits miteinander zu kooperieren und gemeinsam Sport zu treiben, andererseits aber auch beim Wettkämpfen fair und rücksichtsvoll miteinander umzugehen und teamorientiert zu handeln.

Im Sportunterricht der Jahrgangsstufen 7 – 9 sollen sich die Schülerinnen und Schüler zunehmend mit gesundheitlichen Wirkungsweisen des Sporttreibens auseinandersetzen und ihre Wahrnehmungsfähigkeit in diesem Bereich weiter differenzieren. Darüber hinaus ist die intensive Auseinandersetzung mit dem Leistungsbegriff in den verschiedenen Bewegungsfeldern und Sportbereichen von Bedeutung; so ist es eine wichtige Aufgabe des Sportunterrichts in diesen Jahrgangsstufen, die Lern- und Leistungsbereitschaft und -fähigkeit zu entwickeln und kontinuierlich auszubauen. Lehrkräfte am Städtischen

Gymnasium Eschweiler sehen es als ihre pädagogisch herausfordernde Aufgabe an, die Leistungsbereitschaft zu fördern, andererseits aber auch weniger leistungsstarke Schülerinnen und Schüler in ihrem Selbstwertgefühl zu stärken und ihnen Bereiche des Sports zu erschließen, die es ihnen ermöglichen individuelle Ziele und eigene Vorlieben sportlichen Handelns zu entdecken und zu nutzen.

5.4. Zuordnung der Kompetenzerwartungen und inhaltlichen Schwerpunkte zu den Unterrichtsvorhaben der Jahrgangsstufen 5 – 9

Die Fachschaft Sport hat für alle Jahrgangstufen sowie für alle Bewegungsfelder und Sportbereiche Unterrichtsvorhaben entwickelt, die einen kontinuierlichen und vertieften Aufbau von Bewegungs- und Wahrnehmungs-, Methoden- und Urteilskompetenz vor dem Hintergrund inhaltlicher Schwerpunkte aus den Inhaltsfeldern ermöglichen.

Im Folgenden werden diese Übersichten dargestellt, welche die Dauer des UV, seine intentionale Ausrichtung durch pädagogische Perspektiven sowie damit einhergehende inhaltliche Zielsetzungen verdeutlichen. Die Kompetenzerwartungen sowie die inhaltlichen Schwerpunkte werden im Einzelnen in einer Übersicht dargestellt.

Die unterschiedlichen Farben markieren die einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche, die dem jeweiligen UV zu Grunde liegen:

BF 1 Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen
BF2 Spielen entdecken und Spielräume nutzen
BF3 Leichtathletik
BF4 Schwimmen
BF5 Turnen
BF6 Gymnastik/Tanz
BF7 Spielen in und mit Regelstrukturen
BF8 Gleiten, fahren, rollen
BF9 Ringen und Kämpfen

Gesamtübersicht Obligatorik und Freiraum Sekundarstufe I

Jg.-stufe ➔ / U – Woche ➓	5	6	7	8	9
	3Std/Wo	3Std/Wo	3Std/Wo	3Std/Wo	3Std/Wo
1	BF 1	BF4 / BF 1	BF 1	BF 1	BF2
2	BF 1	BF4 / BF 1	BF 1	BF 1	BF2
3	BF 1	BF4 / BF3	BF2	BF2	BF3
4	BF2	BF4 / BF3	BF2	BF2	BF3
5	BF2	BF4 / BF3	BF3	BF3	BF3
6	BF2	BF4 / BF3	BF3	BF3	BF3
7	BF3	BF4 / BF3	BF3	BF3	BF3
8	BF3	BF4 / BF7	BF3	BF3	BF3
9	BF3	BF4 / BF7	BF3	BF3	BF5
10	BF5	BF4 / BF7	BF5	BF3	BF5
11	BF5	BF4 / BF7	BF5	BF5	BF5
12	BF5	BF4 / BF6	BF5	BF5	BF5
13	BF6	BF4 / BF6	BF5	BF5	BF5
14	BF6	BF4 / BF6	BF5	BF5	BF6 oder BF9
15	BF7	BF4 / BF6	BF6	BF5	BF6 oder BF9
16	BF7	BF4 / BF6	BF6	BF6 oder BF9	BF6 oder BF9
17	BF7	BF4 / BF6	BF6	BF6 oder BF9	BF6 oder BF9
18	BF7	BF4	BF6	BF6 oder BF9	BF6 oder BF9
19	BF9	BF4	BF7	BF6 oder BF9	BF6 oder BF9
20	BF4 / BF6	BF4	BF7	BF6 oder BF9	BF7
21	BF4 / BF6	BF5	BF7	BF6 oder BF9	BF7
22	BF4 / BF7	BF5	BF7	BF6 oder BF9	BF7
23	BF4 / BF7	BF5	BF7	BF7	BF7
24	BF4 / BF7	BF5	BF7	BF7	BF7
25	BF4 / BF7	BF7	BF7	BF7	BF7
26	BF4 / BF7	BF7	BF7	BF7	BF7
27	BF4 / BF7	BF7	BF8	BF7	BF7
28	BF4 / BF3	BF7	BF8	BF7	
29	BF4 / BF3	BF2	BF9	BF7	
30	BF4 / BF3	BF2	BF9	BF7	
31	BF4 / BF3	BF3			
32	BF4 / BF3	BF3			
33	BF4 / BF3	BF3			
34	BF4 / BF3	BF3			

BF 1	Körper wahrn. + Bew.fä. auspräg
BF2	Spielen entd. + Spielräume nutze
BF3	Leichtathletik
BF4	Schwimmen
BF5	Turnen
BF6	Gymnasitk/Tanz
BF7	Spielen in und mit Regelstrukture
BF8	Gleiten, fahren, rollen
BF9	Ringen + Kämpfen
	Freiraum

Städtisches Gymnasium

35	BF4	BF3	BF8															
36	BF4																	
37	BF4																	
38	BF4																	
39	BF4																	
40																		

9	2	6	6	0
9	6	6	6	6
17	17	15	18	18
40	40	0	0	0
9	12	15	15	15
8	6	12	21 w	18 w
18	16	24	24	24
0	2	6	0	0
3	0	6	21 m	18 m
7	19	30	30	39
120	120	120	120	120

Jgst/Nr. 5/1.1		
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 1**-Körper wahrnehmen und Bew.fä. ausprägen: Entspannungstechniken	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.-Struktur & Bew.-Lernen: Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (F) Gesundheit: Unfall- und Verletzungsprophylaxe	
Kompetenzerwartungen		
Bew.- und Wahrnehmungskompetenz: eine grundlegende Entspannungstechnik (z. B. Phantasiereise) angeleitet ausführen sowie den Aufbau und die Funktion beschreiben.	**Methodenkompetenz:** --	**Urteilskompetenz:** --

Formen der Leistungsüberprüfung: Da die SuS noch sehr jung sind und wahrscheinlich zum ersten Mal Begegnung mit einer Entspannungsreise machen, ist eine Leistungsüberprüfung hier schwierig. Es kann jedoch bewertet werden, ob die SuS sich auf die Entspannungsreise einlassen.	**Methoden/Formen selbständigen Lernens:** SuS können in Kleingruppen eigene Entspannungsgeschichten vorbereiten.	**Anregungen:** Igelballmassage „Pixie, der kleine Igel“ Phantasiereise Progressive Muskelentspannung

Jgst/Nr. 6/1.2	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 1**-Körper wahrnehmen und Bew.fä. ausprägen: Aufwärmphasen und Konditionsgymnastikphasen selbst gestalten	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.-Struktur & Bew.-Lernen: Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens, Fitness-und Konditionstraining (F) Gesundheit: Unfall- und Verletzungsprophylaxe

Kompetenzerwartungen		
Bew.- und Wahrnehmungskompetenz: -sich sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen und steuern -in sportbezogenen Anforderungssituationen psycho-physische Leistungsfähigkeit (z. B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen	**Methodenkompetenz:** allgemeine Aufwärmprinzipien allein und in der Gruppe anwenden	**Urteilskompetenz:** ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien ansatzweise – auch mit Blick auf Eigenverantwortung – beurteilen

Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen nachweisen und grundlegend beschreiben		
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gut: SuS führen die Übungen maßgerecht durch und können Übungen selbstständig anleiten Ausreichend: SuS gelingt es nicht immer die Übungen exakt auszuführen, die selbstständige Übungsanleitung weist Defizite auf	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** SuS erhalten Lernkarten mit Übungen LdL: SuS bringen sich gegenseitig neue Übungen bei	**<u>Anregungen:</u>** Übungsauswahl nach Muskelgruppen bzw. sportspezifisch

Jgst/Nr. 5/2.1		
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 2 -** Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß? - verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-)finden	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. It. KLP: (A) Bew.struktur und Bew.lernen: (1) Wahrnehmung und Körpererfahrung, (E) Kooperation und Konkurrenz: (3) (Spiel-) Regeln und deren Veränderungen, (4) Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)	
Kompetenzerwartungen		
Bew.- und Wahrnehmungskompetenz: (2) kleine Spiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele – auch eigenverantwortlich – fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst	**Methodenkompetenz:** Einfache Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z.B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren,	**Urteilskompetenz:** Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten

miteinander spielen sowie entsprechende Kriterien benennen und erläutern	eigenverantwortlich durchführen und verändern	
Formen der Leistungsüberprüfung: Gut: SuS benennen Kriterien, die ein gutes Spiel ausmachen, und können diese bei der Variation der Spiele umsetzen Ausreichend: SuS benennen Kriterien, die ein gutes Spiel ausmachen Gut: SuS bewerten Spiele kriteriengeleitet und nehmen Probleme aus dem Spiel heraus wahr Ausreichend: SuS bewerten Spiele	**Methoden/Formen selbständigen Lernens:** Gruppenarbeit Erstellung einer Sammlung von Klassenspielen mit dazugehörigen Regeln	**Anregungen:** Schulhof

Jgst/Nr. 6/2.2		
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 2** - Aus alt mach neu – Variationen von Völker- und Brennballspielen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. It. KLP: (E) Kooperation und Konkurrenz: (1) Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen, (3) Spielregeln und deren Veränderungen	
Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und	**Methodenkompetenz** einfache Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u.a.	**Urteilskompetenz:** Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für

Regeln – orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial – selbständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen	Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern	sich und andere sicher bewerten
Formen der Leistungsüberprüfung: Gut: SuS variieren Spiele bezogen auf alle festgelegten Rahmenbedingungen und erstellen ein verständliches und strukturiertes Plakat Ausreichend: SuS variieren Spiele bezogen auf wenige festgelegte Rahmenbedingungen und erstellen ein Plakat Gut: SuS bewerten Spiele bezogen auf festgelegte Rahmenbedingungen Ausreichend: SuS bewerten Spiele	**Methoden/Formen selbständigen Lernens:** Variationen von Brenn- und Völkerballspielen in Kleingruppen (Erstellung von Plakaten) und deren Erprobung durch die Klasse	**Anregungen:** Unterschiedliche Wurfgeräte Hindernisse Bewertungsbogen

Jgst/Nr. 7/2.3	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 2** - Wer? Wann? Was? Wo? Wie? – Selbstständige Erarbeitung und Erprobung des Spiels „Tchoukball“	**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
Kompetenzerwartungen	

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden	**Methodenkompetenz** Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u.a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern	**Urteilskompetenz:** Bewegungsspiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gut: SuS wenden unterschiedliche Verteidigungs- und Angriffsstrategien an (Raumverteidigung/ Mann-Deckung, Alleingänge/Mannschaftsspiel Ausreichend: Freilaufen und Anbieten	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Passen und Fangen Wurf auf das Tchouknetz Verteidigungsstrategien Angriffsstrategien	**<u>Anregungen:</u>** Minitramp oder Reutherbrett

Jgst/Nr. 8/2.4	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 2** – Wie spielt man eigentlich woanders? – Flagfootball als Spiel aus einer anderen Kultur spielen und verstehen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. It. KLP: (A) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen: Wahrnehmung und Körpererfahrung, (E) Kooperation und Konkurrenz: (1) Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
Kompetenzerwartungen	

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden, Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund einordnen und spielen	**Methodenkompetenz** Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u.a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern	**Urteilskompetenz:** Bewegungsspiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gut: Den Ball sicher fangen und auf ein Ziel werfen können Ausreichend: Den Ball fangen und werfen können Gut: unterschiedliche Lauf- und Passwege anwenden Ausreichend: einen Lauf- und Passweg anwenden	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Entwicklung von Lauf- und Passwegen	**<u>Anregungen:</u>** Vereinfachte Spielformen anwenden, welche die Spielidee eines Endzonenspiels vermitteln Sportplatz

Jgst/Nr. 9/2.5	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 2** – Wer? Wann? Was? Wo? Wie? – Selbstständige Erarbeitung und Erprobung des Spiels „Ultimate Frisbee“	**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
Kompetenzerwartungen	

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (1)Spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden	**Methodenkompetenz** Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u.a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern	**Urteilskompetenz:** Bewegungsspiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gut: SuS wenden den Vorhand- und Rückhandwurf zielgenau im Spiel an und können die Frisbeescheibe einhändig fangen Ausreichend: Rückhand- oder Vorhandwurf demonstrieren, im „Sandwichcath“ fangen und im Spiel einsetzen	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Werfen und fangen Zielgenau werfen Verteidigungsstrategien Angriffsstrategien	**<u>Anregungen:</u>** Geeignet für Halle und Sportplatz

Jgst/Nr. 5/3.1	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 3**-LA – Spielend laufen, springen und werfen – Lauf-, Sprung-, Wurf-ABC	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.struktur und Bew.lernen: 1) Wahrnehmung und Körpererfahrung

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (1) Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten der	**Methodenkompetenz** (1) leichtathl. Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen, (2)	**Urteilskompetenz:** (2) die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend

leichtathl. Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen	grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden	beurteilen
Formen der Leistungsüberprüfung: Bundesjugendspiele Gut: 3-Kampf (s. Leistungstabelle BJSp) Ausreichend: 3-Kampf (s.o.)	**Methoden/Formen selbständigen Lernens:** Lauf-, Sprung- und Wurfspiele sowie Übungen mit verschiedenen Geräten, Strecken, Lauf- und Sprungvarianten	**Anregungen:** Sportplatz Sportabzeichen

Jgst/Nr. 5/3.2	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 3**-LA – Weit werfen …. gar nicht so schwer – wie weites Werfen gelingen kann	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.struktur und Bew.lernen: (2) Informationsaufnahme und -verarbeitung, (B) Bew.gestaltung: (2) Variationen v. Bewegungen

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (2) leichtathletische Disziplinen auf grundlegendem Fertigkeitsniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen	**Methodenkompetenz** (1) leichtathl. Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen, (2) grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden	**Urteilskompetenz:** (2) die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen
Formen der Leistungsüberprüfung: Bewegungsmerkmale des Werfens Ballwurf: Demonstration Gut: Schlagwurf mit Anlauf	**Methoden/Formen selbständigen Lernens:** Formen des Werfens: weit, hoch, rückwärts, mit Anlauf, aus der Drehbewegung Phasierung der Wurfbewegung	**Anregungen:** Unterschiedliche Bälle

Ausreichend: Schlagwurf aus dem Stand		

Jgst/Nr. 6/3.3		
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 3**-LA – Schneller, höher, weiter – einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** 50m, Tiefstart, Ballwurf, Weitsprung Päd. Persp. lt. KLP: (D) Leistung: 1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit, 3) Differenziertes Leistungsverständnis	
Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (4) einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen	**Methodenkompetenz** (1) leichtathl. Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen, (2) grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden	**Urteilskompetenz:** (2) die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gut: 3-Kampf (s. Leistungstabelle BJSp) Ausreichend: 3-Kampf (s.o.) Gut: Hocksprung mit deutlichem Anhocken beider Beine, erkennbare Flugphase m. angehockten Beinen, Vorschwingen der Arme) Ausreichend: einbeiniger Absprung, beidbeinige parallele Landung, kurzes Hochziehen beider Knie zur Brust) Tiefstart: Bewegungsbeschreibung	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Zeit- und Weitenmessung Weitsprung: Demonstration Hocksprung Vergleich: Sprung mit und ohne Anhocken Sprünge auf Weichboden, in Sand, über Kisten	**<u>Anregungen:</u>** Sportplatz Bundesjugendspiele Sportabzeichen

Jgst/Nr. 6/3.4	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 3**-LA – Ganz schön aus der Puste – mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd laufen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.struktur und Bew.lernen: 1)Wahrnehmung und Körpererfahrung, (D) Leistung: 1)Faktoren sportl. Leistungsfä., 2)Methoden zur Leistungsteigerung, 3)Differenziertes Leistungsverständnis

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (3) beim Laufen eine Mittelzeitausdauer (bis 10 Min.) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen, sowie grundlegend körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben	**Methodenkompetenz** (1) leichtathl. Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen, (2) grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden	**Urteilskompetenz:** (1) die individuelle Gestaltung des Lauftempos bei einer Mittelzeitausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gut: in 10 Min. 4 Runden auf dem Sportplatz laufen können Ausreichend: in 10 Min. 2,5 Runden auf dem Sportplatz laufen können Anstrengungsbereitschaft Durchhaltevermögen Körperreaktionen kennen: Herzfrequenz, Gesichtsrötung, Schwitzen,…	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** MZA eigenverantwortlich trainieren Aerob – anaerob Pulsmessung	**<u>Anregungen:</u>** Sportplatz, Außengelände Schule/Sporthalle Sportabzeichen

Jgst/Nr. 7/3.5

Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 3**-LA – Wer sammelt sie meisten Punkte in ausgesuchten Disziplinen? – eine leichtathletischen Mehrkampf planen, durchführen und auswerten/ Vielseitigkeit schulen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.struktur und Bew.lernen: (2) Informationsaufnahme und -verarbeitung, (B) Bew.gestaltung: (2) Variationen v. Bewegungen	
Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (1) Lauf, Sprung, Wurf auf erweitertem technisch-koordinativen Leistungsniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern	**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.	**Urteilskompetenz:** (1) die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen.
<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	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** eigenverantwortlich in der Gruppe trainieren	**<u>Anregungen:</u>** Sportplatz, Außengelände Schule/Sporthalle Sportabzeichen

Jgst/Nr. 7/3.6	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 3**-LA – Biathlon: ausdauernd laufen und	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (D) Leistung: 1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit, (E) Kooperation

Ziele treffen – Durchführung eines klasseninternen Mannschaftswettkampfes	und Konkurrenz: 1) Mit- und Gegeneinander

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (4) einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen.	**Methodenkompetenz** (1) leichtathl. Wettkampfregeln erläutern, gemeinsam einen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten	**Urteilskompetenz:** (2) die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Kooperieren, organisieren, situations- und altersangemessenes Arbeiten bis zur Zielerreichung	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** eigenverantwortlich in der Gruppe üben	**<u>Anregungen:</u>** Sporthalle, Sportplatz

Jgst/Nr. 8/3.7	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 3**-LA: Hochsprung als neue Herausforderung	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.struktur und Bew.lernen: (1) Wahrnehmung und Körpererfahrung, (2) Informationsaufnahme und –verarbeitung, (3) Bewegungsstruktur und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (2) eine neu erlernte Disziplin in der Grobform ausführen.	**Methodenkompetenz** (2) selbstständig für die Verbesserung der leichtathl. Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B.	**Urteilskompetenz:** die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathl. Wettkampfes beurteilen

	tabellarisch) erfassen	
Formen der Leistungsüberprüfung: Bewegungsmerkmale des Flops Demonstration	**Methoden/Formen selbständigen Lernens:** Phasierung: Anlauf – Absprung – Lattenüberquerung – Landung	**Anregungen:** Üben mit Schnur, Hochsprunglatte Bodenmarkierungen

Jgst/Nr. 8/3.8		
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 3**-LA: Leichtathletischer Fünfkampf - Laufen/kurz und lang – Springen/ hoch und weit - Werfen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (D) Leistung: 1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit, 2) Methoden zur Leistungssteigerung, 3) Differenziertes Leistungsverständnis	
Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (1) leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeitsniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathl. Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern.	**Methodenkompetenz** (1) leichtathl. Wettkampfregeln kennen und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf auswerten.	**Urteilskompetenz:** die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathl. Wettkampfes beurteilen
Formen der Leistungsüberprüfung: Bundesjugendspiele Gut: 3-Kampf (s. Leistungstabelle BJSp) Ausreichend: 3-Kampf (s.o.)	**Methoden/Formen selbständigen Lernens:** Lauf-, Sprung- und Wurfübungen mit verschiedenen Geräten, Strecken, Lauf- und Sprungvarianten	**Anregungen:** Sportplatz

Jgst/Nr. 9/3.9		
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 3**-LA: Kugelstoßen als neue Herausforderung		**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.struktur und Bew.lernen: (1) Wahrnehmung und Körpererfahrung, (2) Informationsaufnahme und –verarbeitung, (3) Bewegungsstruktur und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (2) eine neu erlernte Disziplin in der Grobform ausführen.	**Methodenkompetenz** (2) selbstständig für die Verbesserung der leichtathl. Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch) erfassen	**Urteilskompetenz:** (2) die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathl. Wettkampfes beurteilen
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Bewegungsmerkmale des Kugelstoßens Demonstration Kugelstoß innerhalb eines Dreikampfes (BJSp.)	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Standstoß Stoßen mit Seitstellschritt Stoßen mit Angleiten	**<u>Anregungen:</u>** Üben ohne Kugel, mit leichter Kugel Wie weit muss ich fürs Sportabzeichen stoßen?

Jgst/Nr. 9/3.10	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 3**-LA: Fit und gesund! – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (D) Leisten: (1) Faktoren sportl. Leistungsfähigkeit (Ausdauer), (F) Gesundheit: (2) Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche

	Auswirkungen des Sporttreibens, (3) unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitl. Perspektive

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (3) beim Laufen eine Langzeitausdauer gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben.	**Methodenkompetenz** (2) selbstständig für die Verbesserung der leichtathl. Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch) erfassen	**Urteilskompetenz:** (1) die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathl. Wettkampfes beurteilen
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Laufabzeichen Anstrengungsbereitschaft Durchhaltevermögen	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Runden-, Strecken-, Zeitläufe	**<u>Anregungen:</u>** Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung)

Jgst/Nr. 5/4.1	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF4** : Bewegen im Wasser - Schwimmen Kunststücke im Wasser – grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.struktur und Bew.lernen: (1) Wahrnehmung und Körpererfahrung, (2) Informationsaufnahme und –verarbeitung, (3) Bewegungsstruktur und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
Kompetenzerwartungen	

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: 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 (1)	**Methodenkompetenz** Einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten (1)	**Urteilskompetenz:** (2) die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen
Formen der Leistungsüberprüfung: Beobachten der Schwimmfähigkeiten ohne Wettkampfbedingungen, Beobachten und Beschreiben von Bewegungsvollzügen	**Methoden/Formen selbständigen Lernens:** Partnerarbeit, Beobachtungen, Korrektur und Erfahrungsaustausch	**Anregungen:** Nutzen der vorhandenen Erfahrungen aus dem Grundschulschwimmen und dem Vereinsschwimmen Einzelner, sowie der individuellen Kenntnisse von Schwimmabzeichen, Rettungsschwimmen, „Quietschfidel“ für Nichtschwimmer + Spf, Erproben des Schwimmens mit Flossen

Jgst/Nr. 5/4.2	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF4** : Bewegen im Wasser - Schwimmen Vom Bauch auf den Rücken – beim Erlernen des Rückenschwimmens die eigene Wassersicherheit verbessern	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.struktur und Bew.lernen: (1) Wahrnehmung und Körpererfahrung, (2) Informationsaufnahme und –verarbeitung, (3) Bewegungsstruktur und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: 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 (1) Eine Wechselzug oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen (2)	**Methodenkompetenz** Einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten (1)	**Urteilskompetenz:** (2) die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gleitübungen vom Beckenrand mit Wechsel der Schwimmlage, Demonstrieren der Schwimmtechniken Kraul und Rückenkraul, Beschreiben der Grobform einer Bewegung; Schulinterne Leistungstabellen	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** gegenseitige Beobachtung und Korrektur, Entwicklung von Übungsformen, Einsetzen von Auftriebshilfen	**<u>Anregungen:</u>** Klasseninterne Wettkämpfe, Staffeln, Einsetzen der Vereinsschwimmer zur Leitung von Übungsteams, Auszüge d. Basisliteratur (Bildreihen)

Jgst/Nr. 5/4.3	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF4** : Bewegen im Wasser - Schwimmen Wasserspringen ohne Angst und Übermut ! – durch vielfältige Sprünge seine Grenzen ausloten.	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.struktur und Bew.lernen: (1) Wahrnehmung und Körpererfahrung, (2) Informationsaufnahme und –verarbeitung, (3) Bewegungsstruktur und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens. (C) Wagen und Verantworten: (1) Spannung und Risiko, (2) Emotionen (z.B. Freude, Frustration, Angst); (3) Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren

	zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder –minderung)

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u.a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen (4) Schwimmen ausführen (1)	**Methodenkompetenz** Einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten (1) Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z.B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden (2)	**Urteilskompetenz:** Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen (1)
Formen der Leistungsüberprüfung: Sprünge vom Ein- und Dreimeterbrett, Startsprung, Sprünge vom Beckenrand	**Methoden/Formen selbständigen Lernens:** Methoden des schrittweisen Aufbaus der Überwindung von Schwierigkeitsgraden, Emotionale Führung in Partnerarbeit	**Anregungen:** Übungen zum Schwimmabzeichen, DLRG-Grundregeln

Jgst/Nr. 5/4.4	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF4** : Bewegen im Wasser - Schwimmen **Tauchen ! – sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen.**	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.struktur und Bew.lernen: (1) Wahrnehmung und Körpererfahrung, (3) Bewegungsstruktur und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens. (C) Wagen und Verantworten: Spannung und Risiko (1), Emotionen (z.B. Freude, Frustration, Angst) (2); Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur

	Risikovermeidung oder –minderung) (3)

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: 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 (1) Das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u.a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen (4)	**Methodenkompetenz** Einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten (1)	**Urteilskompetenz:** Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen (1)
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Streckentauchen, Tieftauchen, Gleitübungen unter Wasser in verschiedenen Lagen	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Partnerübungen, Erproben der Tauchphasen nach Sprüngen vom Startblock/Beckenrand	**<u>Anregungen:</u>** Schwimmabzeichen, DLRG-Anforderungen, Erfahrungen der Vereinsschwimmer einbauen

Jgst/Nr. 5/4.5	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF4** : Bewegen im Wasser - Schwimmen Fit und leistungsstark – in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (D) Leisten: (1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination); (2) Methoden zur Leistungssteigerung; (3)

schwimmen können	Differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und –bewertung) (F) Gesundheit: (2) Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens; (3) Unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen (3)	**Methodenkompetenz**	**Urteilskompetenz:** Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen (1)
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> 10 Minuten Bahnenschwimmen, Brustdauerschwimmen ohne Beckenrandberührung, schulinterne Leistungstabelle Schwimmabzeichen in Bronze/Silber (200,400m)	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Allmählicher Aufbau der MZA, Bildung von homogenen und heterogenen Arbeitsgruppen,	**<u>Anregungen:</u>** Sportabzeichen, Pulsmessungen zur Herz-Kreislaufkontrolle, Grundsätze des Ausdauertrainings

Jgst/Nr. 6/4.6	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF4** : Bewegen im Wasser - Schwimmen Das eigene Schwimmtraining individuell	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (D) Leisten: (1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination); (2)

gestalten – sich Ausdauerziele setzen und diese beharrlich verfolgen	Methoden zur Leistungssteigerung ; (F) Gesundheit: (2) Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens; (3) Unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in Bauch- und Rückenlage sicher anwenden (1) Eine Wechselzug- und eine Gleitzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimmtechniken beschreiben, einzelnen Phasen zuordnen und in ihrer Funktion erläutern (2) Eine Langzeitausdauerbelastung (LZA I bis 30 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen (3)	**Methodenkompetenz** Grundlegende Merkmale ausdauernden Schwimmens erläutern und sich auf eine zu erbringende leistungs- oder gesundheitsbezogene Ausdauerfähigkeit beim Schwimmen selbstständig vorbereiten (1)	**Urteilskompetenz:** Die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z.B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen (1)
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Titanic (15-30 Minuten Über-Wasser-Halten in beliebiger Technik),	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Indiv. Arbeit mit grundlegenden trainings-methodischer Texte und deren	**<u>Anregungen:</u>** Aufstellen eines Trainingsplans, Grundsätze der Periodisierung, Schwimmabzeichen Gold

	Anwendung	(600m)

Jgst/Nr. 6/4.7	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF4** : Bewegen im Wasser - Schwimmen Sich selbst retten können – Gefahren im Wasser sicher begegnen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.struktur und Bew.lernen: (1) Wahrnehmung und Körpererfahrung, (F) Gesundheit: (1) Unfall- und Verletzungsprophylaxe, (2) grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens, (3) unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Maßnahmen zur Selbstrettung und einfache Formen der Fremdrettung benennen, erläutern und anwenden (4)	**Methodenkompetenz** Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z.B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden	**Urteilskompetenz:** Die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z.B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen (1)
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Demonstration von Befreiungsgriffen und Rettungsmaßnahmen, Transportieren	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Erproben von Rettungsmaßnahmen mit Partner im Wasser: Transportieren in 2er- und 3er-Gruppen	**<u>Anregungen:</u>** Zusammenarbeit mit dem örtlichen Schwimmverein, mit der DLRG-Abteilung Schwimmabzeichen Silber + Gold Bundesjugendspiele Schwimmen klassenintern

Jgst/Nr. 6/4.8		
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF4** : Bewegen im Wasser - Schwimmen „Ich will besser werden“ – in Kraul-, Rückenkraul- und Brustschwimmtechnik mit Start und Wende schnell schwimmen können .	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.struktur und Bew.lernen: (1) Wahrnehmung und Körpererfahrung, (2) Informationsaufnahme und –verarbeitung, (3) Bewegungsstruktur und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens. (D) Leisten: (1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer,Koordination), (2) Methoden zur Leistungssteigerung	
Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in Bauch- und Rückenlage sicher anwenden (1) Eine Wechselzug- und eine Gleitzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimmtechniken beschreiben, einzelnen Phasen zuordnen und in ihrer Funktion erläutern (2)	**Methodenkompetenz** Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z.B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden	**Urteilskompetenz:**
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Zeitschwimmen mit individuellen Leistungsfortschritten, Demonstrationen von Bewegungsfeinformen, Zeitschwimmen in allen Lagen	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Individuellen Erstellen eines Trainings- und Übungsplans	**<u>Anregungen:</u>** Vorbereiten des Klassenwettkampfes unter individuellen Aspekten, Leistungs- und Teamaspekten, Schulmeisterschaften

Jgst/Nr. 5/5.1		
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 5**-Bewegen an Geräten – Turnen - Körper- und Bewegungserfahrungen an verschiedenen Geräten sammeln	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A), (C) Kopfüber- Erfahrungen, Balancieren und Gleichgewicht, Spannung und Wagnis, Stützen und Hangeln	
Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (1) eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten. (3) am Boden, Sprunggerät, Reck oder Barren, Bank oder Balken in der Grobform spielerisch oder leistungsbezogen rollen, stützen, balancieren, springen, hängen u. schwingen sowie Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten verbinden.	**Methodenkompetenz:** (1) Turngeräte sicher auf- und abbauen sowie den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten.	**Urteilskompetenz:** (1) turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z.B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten.
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gut: problemlos in den Stütz springen können und dort verweilen können, flüssig vorwärts und rückwärts balancieren können auch in unterschiedlichen Höhen, Körperspannung in entscheidenden Momenten richtig nutzen Ausreichend: Den Körper in eine Körperspannung bringen können, relativ flüssig vorwärts Balancieren können, langsam rückwärts Balancieren können, seinen Körper kurzzeitig	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Stationenlernen	Viele verschiedene Eindrücke ermöglichen z. B. durch Stationen

stützen können z. B. am Reck oder Barren		

Jgst/Nr. 6/5.2		
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 5**-Bewegen an Geräten – Turnen - Körper- und Bewegungserfahrungen am Reck, Sprung und an Ringen sammeln	**Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens:** **BF 5**-Bewegen an Geräten – Turnen - Körper- und Bewegungserfahrungen am Reck, Sprung und an Ringen sammeln	
Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (2) technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z.B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben (4) in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden	**Methodenkompetenz:** turnerischen Lern- und Übungsprozessen auf fachsprachlich grundlegendem Niveau verständigen	**Urteilskompetenz:** (1) turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z.B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Sprung: Gut: z. B.: Hocksprung über das Pferd quer mit deutlichem Anhocken beider Beine, deutlich erkennbaren Flugphasen vor und nach dem Anhocken und anschließendem	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Vom Einfachen zum Schweren Sprünge über den Bock, niedrige Querkästen, hohe Querkästen, Langkasten	**<u>Anregungen:</u>**

Stand auf der Matte Ausreichend: Hockwende über das Pferd mit relativ gut erkennbaren Flugphasen vor und nach dem Überqueren des Sprunggerätes und anschließendem halbwegs sicherem Stand auf der Matte. Reck: Gut: z.B. eigenständig am Reck aufschwingen können (Aufschwung aus dem Stand) Ausreichend: In den Stütz springen können und sich im Stütz an der Stange halten können. Ringe: z.B. Gut: mehrfach hin und her schwingen können mit entsprechendem Armeinsatz und Körpereinsatz um die Schwungamplitude zu erhöhen und im Vor- wie Rückschwung den **Zweier**kontakt der Füße deutlich erkennbar an der richtigen Stelle zum Einsatz bringen, die Ringe im Rückschwung über der Matte im „toten Punkt“ loslassen und auf den Füßen landen Ausreichend: leicht hin- und her schwingen können, im Vorschwung mit 2er Kontakt der Füße im zentralen Bereich, Körpereinsatz zur Erweiterung der Schwungamplitude sollte erkennbar sein, Verlassen der Ringe im Rückschwung über der Matte auf Zuruf		

Jgst/Nr. 7/5.3	
Bewegungsfeld /Thema des	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:**

Unterrichtsvorhabens: **BF 5**-Bewegen an Geräten – Turnen - Körper- und Bewegungserfahrungen am Boden sammeln		Päd. Persp. lt. KLP: (A, B, E) Kennen lernen verschiedener Bodenturnelemente und die kreative Auseinandersetzung mit Bewegungsformen
Kompetenzerwartungen		
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	**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	**Urteilskompetenz:** (2) eine Präsentation nach ausgewählten Kriterien bewerten.
<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 abschwingen in den Stand	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** eigenverantwortlich in der Gruppe üben und trainieren Zerlegen verschiedener Elemente in einzelne Abschnitte, die separat geübt werden können	**<u>Anregungen:</u>**

Jgst/Nr. 8/5.4	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 5**-Bewegen an Geräten – Turnen - - Körper- und Bewegungserfahrungen am Schwebebalken bzw. Barren sammeln sowie in der Partner- und Gruppenakrobatik	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A, B) Übungen am Schwebebalken bzw. Barren Partner und Gruppenakrobatik kreativ gestalten

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (2) an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen. (3) eine akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen.	**Methodenkompetenz:** (1) in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen. (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	**Urteilskompetenz:** (1) Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Partner und Gruppengestaltungen anhand von Schwierigkeitsgrad, Bewegungsfluss, Verbindungselementen, Zusammenspiel und Ausführung bewerten	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Verschiedene akrobatische Möglichkeiten mithilfe des Gruppenpuzzles vermitteln	**<u>Anregungen:</u>** Akrobatikregeln aufstellen

Jgst/Nr. 9/5.5		
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 5**-Bewegen an Geräten – Turnen - Körper- und Bewegungserfahrungen an Gerätekombinationen sammeln	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A, B, D) Partner- und Gruppenchoreographien an Gerätekombinationen erarbeiten, finden und einüben	
Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (1) an Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch- koordinativ grundlegendem Niveau normungebunden und normgebunden ausführen und verbinden (3) eine turnerische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen. (4) zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern	**Methodenkompetenz:** (1) in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen. (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	**Urteilskompetenz:** (2) eine Präsentation nach ausgewählten Kriterien bewerten
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Partner und Gruppengestaltungen anhand von Schwierigkeitsgrad, Bewegungsfluss,	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Wiederholen verschiedener Turnelemente Selbstständiges Arbeiten in	**<u>Anregungen:</u>** Kreativität zulassen, fördern und positiv bewerten

Verbindungselementen, Zusammenspiel, Ausführung, Kreativität und Synchronität bewerten.	Gruppen	

Jgst/Nr. 5/6.1		
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 6** - Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.struktur und Bew.lernen: 1) Wahrnehmung und Körpererfahrung 2) Gestaltungsformen und –kriterien (B) Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten: 1) Gestaltungsformen und –kriterien (individuell und gruppenspezifisch) 2)Variationen von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch)	
Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät anwenden und beschreiben	**Methodenkompetenz:** (1) durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- und Gestaltungsaufgaben lösen (2)einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen präsentieren	**Urteilskompetenz:** einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Präsentation als Einzeldarbietung (verschiedene Sprünge werden gezeigt) Gut: SuS bewältigen ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen angemessen (Einer-(Zweiersprung)Doppelsprung etc.) Ausreichend: SuS bewältigen	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen Rhythmusschulung	**<u>Anregungen:</u>** Ropeskipping: Grundsprünge Sprung-Tanz: Mit Hilfe von verschiedenen Sprüngen einen Rhythmus Tanz erstellen

ästhetisch-gestalterische Grundformen selten oder nur zum Teil		

Jgst/Nr. 5/6.2	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 6** - Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen – einfache technisch-koordinative Grundformen für eine ästhetisch-gestalterische Präsentation nutzen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.struktur und Bew.lernen: 1) Wahrnehmung und Körpererfahrung 2) Gestaltungsformen und –kriterien (B) Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten: 1) Gestaltungsformen und –kriterien (individuell und gruppenspezifisch) 2)Variationen von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch)

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät anwenden und beschreiben (2)Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: grundlegende Aufstellungsformen und Formationen anwenden und beschreiben	**Methodenkompetenz:** (1) durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- und Gestaltungsaufgaben lösen (2)einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen präsentieren	**Urteilskompetenz:** einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Präsentation als Gruppendarbietung (verschiedene Sprünge werden gezeigt) Gut: SuS bewältigen ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen Rhythmusschulung Von der Einzelarbeit zur Partner- und Gruppenarbeit (Schritte/ Sprünge kreieren	**<u>Anregungen:</u>** Ropeskipping: Gruppenchoreographie Sprung-Tanz: Mit Hilfe von verschiedenen Sprüngen einen Rhythmus Tanz erstellen als Gruppenleistung

angemessen (min 3 Sprünge, 1 selbst ausgedachter Sprung o.ä.) Ausreichend: SuS bewältigen ästhetisch-gestalterische Grundformen selten oder nur zum Teil	und zusammenfügen)	

Jgst/Nr. 6/6.3	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 6** - Hip-Hop, Breakdance und Co. – gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (B) Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten: (1) Gestaltungsformen und –kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (3) Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und Gestaltungsobjekte (E) Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (1) miteinander gestalten (2)soziale und organisatorische Aspekte von Gruppenbildungsprozessen (F) Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln: unterschiedliche Körperideale

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät anwenden und beschreiben (2)Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: grundlegende Aufstellungsformen und Formationen anwenden und beschreiben (3)Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: grundlegende	**Methodenkompetenz:** (1) durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- und Gestaltungsaufgaben lösen, (2)einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen präsentieren	**Urteilskompetenz:** einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten

Aufstellungsformen und Formationen anwenden und beschreiben		
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gemeinsame Tanzdarbietung Gut: SuS bewältigen ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen angemessen; teamorientierte Zusammenarbeit Ausreichend: SuS bewältigen ästhetisch-gestalterische Grundformen selten oder nur zum Teil, Team arbeitet unzureichend zusammen	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** SuS erst einmal ohne Vorgaben zur Musik bewegen lassen → Kreativität entwickelt sich	**<u>Anregungen:</u>** Ein Teil des Tanzes wird vorgegeben, dann entwickeln die SuS den Tanz entsprechend dem Musikstil weiter Musikwünsche der SuS entgegen nehmen

Jgst/Nr. 7/6.4	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF6 Fit in Form- tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik nutzen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. 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)

Kompetenzerwartungen		
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.	**Methodenkompetenz:** ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder Gestaltungsthemen Kompositionen kriteriengeleitet allein oder in der Gruppe – entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z.B.	**Urteilskompetenz:** die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.

	Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern.	
Formen der Leistungsüberprüfung: Gemeinsame Fitnessdarbietung Gut: SuS zeigen eine Fitnessdarbietung ohne Ausführungsfühler und können diese anderen SuS vermitteln Ausreichend: SuS bewältigen gestellte Aufgaben selten oder nur zum Teil, Team arbeitet unzureichend zusammen	**Methoden/Formen selbständigen Lernens:** Fit in Form- tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik nutzen	**Anregungen:** Unterrichtssequenzen gestaltet nach Muskelgruppen Erstellung einer Einzelchoreographie zur Kräftigung bzw. Dehnung (fließender Übergang der Bewegungen)

Jgst/Nr. 8/6.5		
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 6** Fit in Form- tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik nutzen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. 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)	
Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (1) ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens- auch in der Gruppe – strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der	**Methodenkompetenz:** ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder Gestaltungsthemen Kompositionen kriteriengeleitet allein oder in der Gruppe – entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z.B.	**Urteilskompetenz:** (1) die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen. (2) bewegungsbezogene Klischees (u.a. Geschlechterrollen) in diesem Bewegungsfeld

Komplexität verändern.(2) in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) - auch in der Gruppe- anwenden und zielgerichtet variieren.(4) eine Fitnessgymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien präsentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern	Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern.	beurteilen
Formen der Leistungsüberprüfung: SuS gestalten eine Unterrichtsstunde zu ausgewählten Themen Gut: SuS bewältigen ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen angemessen; Ausführung der Fitnessübungen laut Vorgaben Ausreichend: SuS bewältigen ästhetisch-gestalterische Grundformen selten oder nur zum Teil, Team arbeitet unzureichend zusammen	**Methoden/Formen selbständigen Lernens:** Lehrer zeigt eine exemplarische Fitnessstunde und bespricht Phasierung, SuS erstellen dann selbstständige Unterrichtseinheiten	**Anregungen:** SuS planen gemeinsam eine Stunde zu einem vorgegebenen Thema)Bsp. Rückengymnastik, Bauch/Beine/Po, Dehnung etc.) Aerobic als gestalterisches Fitnesselement Fitnessübungen mit ausgewählten Materialien (Thera-Band, Hanteln etc.)

Jgst/Nr. 9/6.6	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 6** - Stepp-Aerobic – eine in Gruppen erarbeitete Choreographie präsentieren und bewerten	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (B) Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten: (1) Gestaltungsformen und –kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (2)Variationen von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch)

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (1) vgl. Jgst. 7/8 (2) vgl. Jgst.7/8 (3) 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.	**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.	**Urteilskompetenz:** die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gruppenpräsentation Gut: SuS bewältigen ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen angemessen; Ausführung der Fitnessübungen laut Vorgaben Ausreichend: SuS bewältigen ästhetisch-gestalterische Grundformen selten oder nur zum Teil, Team arbeitet unzureichend zusammen	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Grundschritte von Karteikarten erarbeiten lassen, dann eigene Schritte/Schrittkompositionen entwickeln lassen Cueing (32er Musikbogen)	**<u>Anregungen:</u>** Falls keine Stepp-Bretter zur Verfügung stehen, können auch Turnmatten als Stepp-Bretter genutzt werden SuS-Gruppen bringen sich Choreographien bei

Jgst/Nr. 5/7.1	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF7-Spielen in und mit Regelstrukturen-Fußball: technische Grundfertigkeiten in Spielsituationen anwenden	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.-Struktur & Bew.-Lernen: Wahrnehmung und Körpererfahrung; (E): Kooperation und Konkurrenz: (1)Mit- und Gegeneinander, (2) (Spiel-)Regeln und deren altersgemäße Veränderungen
Kompetenzerwartungen	

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern; Grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären	**Methodenkompetenz:** Grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden	**Urteilskompetenz:** Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z.B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen.
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gut: SuS verfügen über grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten in der Fußballtechnik (Passen, Stoppen) Ausreichend: SuS verfügen nur ansatzweise über grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten in der Fußballtechnik	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Selbstständiges Erproben und Erfahren der Grundfertigkeiten	**<u>Anregungen:</u>** Ballführung, Passen, Ballannahme, einfache Torschüsse Grundlegende Kenntnisse zu Regelstrukturen im Fußball Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen

Jgst/Nr. 5/7.2	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF7-Spielen in und mit Regelstrukturen – Tischtennis mit- und gegeneinander spielen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.-Struktur & Bew.-Lernen: Wahrnehmung und Körpererfahrung; (E): Kooperation und Konkurrenz: (1)Mit- und Gegeneinander, (2) (Spiel-)Regeln und deren altersgemäße Veränderungen

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw.	**Methodenkompetenz:** Grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden	**Urteilskompetenz:** Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z.B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen.

Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern taktisch angemessen verhalten **ein** Partnerspiel in vereinfachten Formen mit und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen		
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gut: SuS verfügen über grundlegende Schlagtechniken (Aufschlag – Rückschlag, Block, Konter), die die Schüler spielfähig machen Ausreichend: SuS verfügen nur ansatzweise über grundlegende Schlagtechniken und können diese nur gelegentlich anwenden.	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Ballgewöhnung mit und ohne TT-Platte Selbstständiges Erproben und Erfahren der Grundtechniken in Spiel- und Übungsreihen Sicherheit – Tischaufbau	**<u>Anregungen:</u>** Tischtennis-Sportabzeichen Rundlaufformen

Jgst/Nr. 6/7.3	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF7-Spielen in und mit Regelstrukturen – Fußballspiele in kleinen Gruppen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.-Struktur & Bew.-Lernen: Wahrnehmung und Körpererfahrung; (E): Kooperation und Konkurrenz: (1)Mit- und Gegeneinander, (2) (Spiel-)Regeln und deren altersgemäße Veränderungen

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern taktisch angemessen verhalten	**Methodenkompetenz:** einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und in der Praxis anwenden Grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden	**Urteilskompetenz:** Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z.B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen.

ein großes Mannschaftsspiel in vereinfachten Formen mit und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen		
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gut: SuS verfügen über grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten in der Fußballtechnik und können diese situativ anwenden Ausreichend: SuS verfügen nur ansatzweise über grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten in der Fußballtechnik und können diese nur gelegentlich im Spiel anwenden	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Selbstständiges Erproben und Erfahren der Grundfertigkeiten im Spiel	**<u>Anregungen:</u>** Spielphasen geschlechtsheterogen gestalten (Bsp.: Torerfolg nur nach erfolgten Ballkontakten der Mitspielerinnen) Spiele 3:3, 4:4 auf unterschiedliche Tore mit und ohne Torwart

Jgst/Nr. 6/7.4	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF7-Spielen in und mit Regelstrukturen – Tischtennis mit- und gegeneinander spielen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.-Struktur & Bew.-Lernen: Wahrnehmung und Körpererfahrung; (E): Kooperation und Konkurrenz: (1)Mit- und Gegeneinander, (2) (Spiel-)Regeln und deren altersgemäße Veränderungen

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern taktisch angemessen verhalten **Tischtennis** in vereinfachter	**Methodenkompetenz:** Grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden	**Urteilskompetenz:** Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z.B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen.

Form mit und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen		
Formen der Leistungsüberprüfung: Gut: SuS verfügen über grundlegende Schlagtechniken (Aufschlag – Rückschlag, Topsin, Block, Konter), die die Schüler spielfähig machen Ausreichend: SuS verfügen nur ansatzweise über grundlegende Schlagtechniken und können diese nur gelegentlich anwenden.	**Methoden/Formen selbständigen Lernens:** Selbstständiges Erproben und Erfahren der Grundtechniken in Spiel- und Übungsreihen	**Anregungen:** Aufschlag mit Vor- und Rückhand, Zielaufschlag Unterschiedliche Turnierformen

Jgst/Nr. 7/7.5	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF7-Spielen in und mit Regelstrukturen – Fußball: Die gegnerischen Spieler überlisten – komplexe Spielsituationen wahrnehmen und angemessen handeln	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.-Struktur & Bew.-Lernen: Wahrnehmung und Körpererfahrung; (E): Kooperation und Konkurrenz: (1)Mit- und Gegeneinander, (2) (Spiel-)Regeln und deren altersgemäße Veränderungen

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: 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	**Methodenkompetenz:** Abbildungen von Spielsituationen (z.B. Foto, Film) erläutern Spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden	**Urteilskompetenz:** Die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten und die individuelle Spielfähigkeit beurteilen

Formen der Leistungsüberprüfung: 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.	**Methoden/Formen selbständigen Lernens:** In kleinen Gruppen Spielzüge ausprobieren und üben	**Anregungen:** Passspiele, Passen und Torschuss Spiele 4:4, 5:5 auf unterschiedliche Tore mit und ohne Torwart

Jgst/Nr. 7/7.6		
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF7-Spielen in und mit Regelstrukturen – Tischtennis mit- und gegeneinander spielen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (D): Kooperation und Konkurrenz: (1)Mit- und Gegeneinander, (2) (Spiel-)Regeln und deren altersgemäße Veränderungen; (E): Leistung: (2) Methoden zur Leistungssteigerung	
Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Tischtennis auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht, situativ angemessen, fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spiel erläutern	**Methodenkompetenz:** Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen	**Urteilskompetenz:** Den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen Die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten und die individuelle Spielfähigkeit beurteilen
Formen der Leistungsüberprüfung: Gut: SuS verfügen über	**Methoden/Formen selbständigen Lernens:**	**Anregungen:** Forderungsspiele, Kaiserturnier

grundlegende Schlagtechniken (Aufschlag – Rückschlag, Topsin, Block, Konter, Schupf), die die Schüler spielfähig machen Ausreichend: SuS verfügen nur ansatzweise über grundlegende Schlagtechniken und können diese nur gelegentlich anwenden. Ranglistenplatz	Selbstständiges Erproben und Erfahren der Grundtechniken in Spiel- und Übungsreihen; durch Verbesserung der Technik die Spielfähigkeit steigern	

Jgst/Nr. 8/7.7	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF7-Spielen in und mit Regelstrukturen – Fußball: Gegeneinader spielen und gewinnen wollen. Regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (E): Kooperation und Konkurrenz: (1)Mit- und Gegeneinander, (2) (Spiel-)Regeln und deren altersgemäße Veränderungen; (E): Leistung: (2) Methoden zur Leistungssteigerung, (3) Differenziertes Leistungsverständnis

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Fußball auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht, situativ angemessen, fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spiel erläutern Konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden	**Methodenkompetenz:** Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen Spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden	**Urteilskompetenz:** Die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten und die individuelle Spielfähigkeit beurteilen Den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen

Formen der Leistungsüberprüfung: Gut: SuS verfügen über grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten (Passspiel, Dribbling, Finten, Vollspannstoß) und können diese situativ (mannschaftsdienlich) anwenden Ausreichend: SuS verfügen nur ansatzweise über grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten (Pässe erreichen selten den Mitspieler, unzureichende Ballkontrolle) und können nur selten zu guter Mannschaftsleistung beitragen.	**Methoden/Formen selbständigen Lernens:** Überzahlspiele	**Anregungen:** 5:5, 4:5, 4:4 Changing-Teams-Turnier

Jgst/Nr. 8/7.8	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF7-Spielen in und mit Regelstrukturen – Tischtennis: Den Anforderungen eines Turniers gewachsen sein – in Spielsituationen technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (A) Bew.-Struktur & Bew.-Lernen: Wahrnehmung und Körpererfahrung; (E): Kooperation und Konkurrenz: (1)Mit- und Gegeneinander, (2) (Spiel-)Regeln und deren altersgemäße Veränderungen

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Tischtennis auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht, situativ angemessen, fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spiel erläutern	**Methodenkompetenz:** Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen	**Urteilskompetenz:** Den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen
Formen der	**Methoden/Formen**	**Anregungen:**

Leistungsüberprüfung: Gut: SuS verfügen über grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten in der Fußballtechnik (Passen, Stoppen) Ausreichend: SuS verfügen nur ansatzweise über grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten in der Fußballtechnik	**selbständigen Lernens:** Selbstständiges Erproben und Erfahren der Grundfertigkeiten	Ballführung, Passen, Ballannahme, einfache Torschüsse Grundlegende Kenntnisse zu Regelstrukturen im Fußball Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen

Jgst/Nr. 9/7.9	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF7-Spielen in und mit Regelstrukturen – Fußball: Wir planen ein Turnier für die Klasse und erproben es! – ein Turnier sowie die Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten organisieren, erproben und evaluieren	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (D): Leistung (1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit, (3) Differenziertes Leistungsverständnis; (E): Kooperation und Konkurrenz: (1)Mit- und Gegeneinander, (2) soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Fußball auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht, situativ angemessen, fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spiel erläutern	**Methodenkompetenz:** Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen	**Urteilskompetenz:** Die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten und die individuelle Spielfähigkeit beurteilen Den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen
Formen der Leistungsüberprüfung: Gut: SuS verfügen über grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten (Passspiel, Dribbling, Finten, Vollspannstoß) und können diese situativ	**Methoden/Formen selbständigen Lernens:** Überzahlspiele	**Anregungen:** Sportplatz 11:11

(mannschaftsdienlich) anwenden Ausreichend: SuS verfügen nur ansatzweise über grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten (Pässe erreichen selten den Mitspieler, unzureichende Ballkontrolle, keine Finten) und können nur selten zu guter Mannschaftsleistung beitragen.		

Jgst/Nr. 9/7.10	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF7-Spielen in und mit Regelstrukturen – Tischtennis: Wir planen ein Turnier für die Klasse und erproben es! – ein Turnier sowie die Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten organisieren, erproben und evaluieren	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: (D): Leistung (1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit, (3) Differenziertes Leistungsverständnis; (E): Kooperation und Konkurrenz: (1)Mit- und Gegeneinander, (4) Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten

Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Tischtennis auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht, situativ angemessen, fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spiel erläutern	**Methodenkompetenz:** Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen	**Urteilskompetenz:** Den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Gut: SuS verfügen über grundlegende Schlagtechniken (Aufschlag – Rückschlag, Topsin, Block, Konter, Schupf), die die Schüler spielfähig machen	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Selbstständiges Erproben und Erfahren der Grundtechniken in Spiel- und Übungsreihen, durch Verbesserung der Technik die Spielfähigkeit steigern	**<u>Anregungen:</u>** Ko-System, Doppeltes Ko-System Doppel

Ausreichend: SuS verfügen nur ansatzweise über grundlegende Schlagtechniken und können diese nur gelegentlich anwenden. Forderungsspiele		

Jgst/Nr. 6/8		
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 8**: Gleiten, Fahren, Rollen – Bootssport, Rollsport, Wintersport; Schulung der Gleichgewichtsfähigkeit, Rollen mit dem Rollbrett / Inline-Skating	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt: Päd. Perspektiven lt. KLP: A,C, F**	
Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät fortbewegen, Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen; Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen.	**Methodenkompetenz:** Grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten.	**Urteilskompetenz:** Gefahrenmomente beim Gleiten oder Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen.
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Balancierfähigkeit an Stationen überprüfen (z. B. eine vorgegebene Strecke auf einer rollenden Langbank zurücklegen) Einen Rollbrett - / Inliner -	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Arbeiten im Stationsbetrieb; einen Geschicklichkeitsparcours entwickeln und durchführen	**<u>Anregungen:</u>** (Sport) – Wandertag: Kletterhalle, Kletterwald

Führerschein erwerben		

Jgst/Nr. 5 / 9.1	
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 9**: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport Kräfte spüren / Kräfte messen	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: A,E,B; Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrung erweitern; kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen, sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: * normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner sowie Gegnerin oder Gegner einstellen (1) * sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und grundlegende Regeln dafür erläutern (2)	**Methodenkompetenz:** * grundlegende Regeln, Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden (1) * durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von Techniken zum Erfolg verhelfen (2)	**Urteilskompetenz:** * einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> <u>unterrichtsbegleitend</u> * Spielformen demonstrieren und beschreiben * Umsetzung der kleinen Spiele * Berücksichtigung der Regeln <u>Beobachtungskriterien:</u> * Bewegungsqualität <u>punktuell</u> * ausgewähltes kleines Spiel <u>Beobachtungskriterien:</u> * Anwendung taktischer Elemente * Kooperationsbereitschaft	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** Erproben unterschiedlicher Spiele zur Anbahnung von Körperkontakt, Kooperation und gegenseitigem Vertrauen Wahrnehmen und Erläutern von Körperspannung und Gleichgewichtsfähigkeit durch ausgewählte Spiele	**<u>Anregungen:</u>** * "Prüfung“ in Form einer Kata

Jgst/Nr. 7 / 9.2		
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: BF 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport Boden- und Standkampf	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: E, C Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen Etwas wagen und verantworten	
Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (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 (2) mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen	**Methodenkompetenz:** (1) Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten (2) kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben	**Urteilskompetenz:** (1) die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen (2) Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> <u>unterrichtsbegleitend</u> * Übungsformen zu Taktik und Technik demonstrieren und beschreiben * Umsetzung der Wettkampfformen * Berücksichtigung der Regeln <u>Beobachtungskriterien:</u> * Ausführungsqualität <u>punktuell</u> * ausgewählte Wettkampfform (z.B. Sumo) <u>Beobachtungskriterien:</u> * Anwendung der technischen Elemente * Bewegungsqualität der technischen Ausführung	**<u>Methoden/Formen selbständigen Lernens:</u>** * Entdecken, Prüfen und Experimentieren * Erproben unterschiedlicher Formen des Kräftemessens in spielerischer Form	**<u>Anregungen:</u>** * Kämpfen in Wettkampfsituationen (Klassenwettkämpfe; Sumo - Turnier)

Jgst/Nr. 8 u 9/ 9.3		
Bewegungsfeld /Thema des Unterrichtsvorhabens: **BF 9**: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport Selbstverteidigung und Zweikämpfe	**Inhaltsfeld/Inhaltlicher Schwerpunkt:** Päd. Persp. lt. KLP: E, F: kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln	
Kompetenzerwartungen		
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (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 (2) mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen	**Methodenkompetenz:** (1) Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten (2)kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben	**Urteilskompetenz:** (1) die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen (2) Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen
<u>Formen der Leistungsüberprüfung:</u> Die Begriffe „Notwehr“ und „Nothilfe“ als ausschließliche Grundlage für den Einsatz von Selbstverteidigung kennen. Einfache Abwehrreaktionen und -techniken anwenden.	**<u>Methodenkompetenz / Formen des selbstständigen Lernens:</u>** In einem offenen Unterrichtsgeschehen Inhalte wiederholen und nach Regeln kämpfen	**<u>Anregungen:</u>** Kämpfen in Wettkampfsituationen (Klassenwettkämpfe; Sumo - Turnier)

6. Curriculum Jahrgangsstufe 10/EF

Sport ist in der gymnasialen Oberstufe durchgängig Pflichtfach für alle Schülerinnen und Schüler. Sportliche Handlungssituationen eröffnen spezifische Erfahrungen sowie Lern- und

Reflexionsmöglichkeiten. Damit leistet dieses Fach auch in der gymnasialen Oberstufe einen eigenständigen Beitrag zum Erziehungs- und Bildungsauftrag. Im Kern geht es dabei um die Auseinandersetzung mit der Körperlichkeit des Menschen, die in Bewegung, Spiel und Sport unter verschiedenen pädagogischen Perspektiven thematisiert wird. Die pädagogische und fachdidaktische Grundlegung für das Fach Sport in der Schule ist in den für alle Schulformen und Schulstufen im Fach Sport gültigen Rahmenvorgaben für den Schulsport1 differenziert entfaltet. Als pädagogische Leitidee für den Schulsport insgesamt und damit auch für den Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe wird in diesem Zusammenhang der folgende Doppelauftrag formuliert:

Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport
und
Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur.

Dieser Doppelauftrag wird im Schulsport und insbesondere im Sportunterricht immer auf der Grundlage der sechs pädagogischen Perspektiven realisiert, die in den Rahmenvorgaben ausführlich erläutert sind:

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern(A)
- Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)
- Etwas wagen und verantworten (C)
- Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)
- Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F).

Die Rahmenvorgaben für den Schulsport geben durch diese sechs pädagogischen Perspektiven und die Grundsätze pädagogischen Handelns auch für die gymnasiale Oberstufe die Mehrdimensionalität und Reichweite des Schulsports und des Sportunterrichts im Besonderen verbindlich vor. Zudem haben die pädagogischen Perspektiven eine orientierende Funktion für die übergreifenden Inhaltsfelder. Der Kernlehrplan Sport für die gymnasiale Oberstufe entfaltet vor dem Hintergrund dieser pädagogischen Rahmenkonzeption die im Sportunterricht zu entwickelnden Kompetenzen; er konzentriert sich dabei ausschließlich auf fachliche Anforderungen und Lernergebnisse, die beobachtbar und weitgehend überprüfbar sind.

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

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

- in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hoch zu halten und zu manifestieren,
- Wissen über Gesundheit und Fitness im und durch Sport besitzen,
- Wissen über Gesundheit und Fitness des eigenen Körpers besitzen und diese differenziert wahrnehmen können
- Wissen über die eigenen Lernstrategien besitzen und diese anwenden können,

- den Umgang mit einer bewegungsfreudigen, gesunden Lebensführung konstruktiv anwenden können,
- sich im schulischen Umfeld und durch alle am Schulleben Beteiligten – Schulleitung, Lehrkräfte, Eltern, Mitschülerinnen und Mitschüler – sozial anerkannt und integriert wissen.

Zur Entwicklung und Förderung dieser Persönlichkeitsattribute leistet die Fachschaft Sport durch die Gestaltung des Schulsportprogramms einen bedeutsamen Beitrag, der dem Bildungs- und Erziehungsauftrag einer bewegungsfreudigen und gesunden Schule gerecht wird.

Um Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen, sich über die Schulzeit hinaus für den Sport zu engagieren, bietet sie Schülerinnen und Schülern neben dem Pflichtunterricht die Möglichkeit, im Kurssystem der gymnasialen Oberstufe sowie im Rahmen der Ausbildung zum DFB-Junior Coach vertieft Einblick in wissenschaftspropädeutisches Arbeiten zu erhalten.

Halbjahre	**Laufendes UV**	**Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben**
1. HJ.	**UV I**	**Mach mit – werd fit!** Die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren. Der Test findet im 2. Quartal des 2. Hj. Statt.
	UV II	**Der mit dem Ball tanzt –** Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics Choreographie unter Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic Schritte in Kombination mit Arm- Ball - Bewegungen
	UV III	**Neue Partner und wechselnde Gegner –** unterschiedliche Turnierformen im Badminton oder Tischtennis organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.

Halbjahre	**Laufendes UV**	**Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben**

2. HJ.	**UV IV**	Frei wählbares Unterrichtsvorhaben
	UV V	**Die individuelle Spielfähigkeit verbessern** -Fußball
	UV VI	**Leichtathletik – eine Sportart für Allrounder: Laufen, Werfen, Springen** – Vertiefung der

UV I

BF 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Projekt: Gesundheitsorientiertes Ausdauertraining

Inhaltsfeld/Päd. Perspektive: ***D) Leistung*** *F) Gesundheit*

Inhaltlicher Schwerpunkt: Laufen, Schwimmen, Radfahren, Inlineskaten

Bewegungs- u. Wahrnehmungskompetenz:	**Sachkompetenz:**	**Methodenkompetenz:**	**Urteilskompetenz:**
• Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Min.)	• Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern • Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern	• Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen • Entwicklung der individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren • Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen	• Positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen

Formen der Leistungsüberprüfung:	**Methoden/ Formen selbstständigen Lernens:**	**Anregungen:**
Ausdauertest	Führen eines Trainingstagebuches	Blausteinsee, Sportplatz

UV II

BF 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste

Inhaltliche Kerne: Tanz, Gymnastik

Inhaltsfeld/Päd. Perspektiven: B) Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien

Bewegungs- u. Wahrnehmungskompetenz:	**Sachkompetenz:**	**Methodenkompetenz:**	**Urteilskompetenz:**
• Eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts-, und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren	• Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern	• Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen	Eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten

Formen der Leistungsüberprüfung:	**Methoden/ Formen selbstständigen Lernens:**	**Anregungen:**
Präsentation und Bewertung der Choreographie mit Hilfe eines von den SuS entwickelten Evaluationsbogen	Erstellung der Choreographie in Kleingruppen; Gruppenführung lernen (alle Gruppenmitglieder sollten ein Mal die Gruppenführung übernehmen)	Zunächst Aerobicschritte wiederholen und dann erst mit BallKoRobics Armbewegungen verbinden lassen; SuS selbst kreativ arbeiten lassen (Schritte nicht vorgeben) Musikeinsatz: min. 120bpM

UV III

BF 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltliche Kerne: Partnerspiel – Einzel und Doppel (Badminton, Tischtennis)

Inhaltsfeld/Päd. Perspektive: E) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungs- u. Wahrnehmungskompetenz:	**Sachkompetenz:**	**Methodenkompetenz:**	**Urteilskompetenz:**
• Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden	• Grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben	• Sich auf das Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren)	Die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen

Formen der Leistungsüberprüfung:	**Methoden/ Formen selbstständigen Lernens:**	**Anregungen:**
		Tischtennis in Raum H 109, Badminton in der Eichendorffhalle; Turnier für eine AG organisieren

UV IV Frei wählbares UV

UV V

BF 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltliche Kerne: Mannschaftsspiel Fußball

Inhaltsfeld/Päd. Perspektive: E) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungs- u. Wahrnehmungskompetenz:	**Sachkompetenz:**	**Methodenkompetenz:**	**Urteilskompetenz:**
• Im Fußball individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden • Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden	• Grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben	• Bewegungsspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden • Sich auf das Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren)	• Die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen • Die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen

Formen der Leistungsüberprüfung:	**Methoden/ Formen selbstständigen Lernens:**	**Anregungen:**
Beurteilung der Spielfähigkeit bzw. der Verbesserung der Spielfähigkeit	SuS entwickeln Strategien im Spiel	Spielen lassen; wenig Individualtraining

UV VI

BF 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

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

Inhaltsfeld/Päd. Perspektive: C) Wagen und Verantworten ***D) Leistung*** *F) Gesundheit*

Inhaltlicher Schwerpunkt: Laufen, Springen und Werfen

Bewegungs- u. Wahrnehmungskompetenz:	**Sachkompetenz:**	**Methodenkompetenz:**	**Urteilskompetenz:**
• Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren • Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Min.)	• Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern • Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern	• Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen • Entwicklung der individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren • Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen	• Positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen

Formen der Leistungsüberprüfung:	**Methoden/ Formen selbstständigen Lernens:**	**Anregungen:**
Bundesjugendspiele 4-Kampf	Führen eines Trainingstagebuches	Blausteinsee, Sportplatz Sportabzeichen

6. und 7. Curricula Jahrgangsstufen 11 Q1/12 Q2

Die Kursprofile gelten für zwei aufeinander folgende Schuljahre und sind an den anbietenden Sportlehrer gebunden.

Kursprofil: Gemeinsam zu einer Bewegungsgestaltung

BF 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste

Inhaltsfelder/Päd. Perspektiven: ***B,*** *F **

Bewegungs- u. Wahrnehmungskompetenz:	**Sachkompetenz:**	**Methodenkompetenz:**	**Urteilskompetenz:**
• Selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren • Selbstständig entwickelte stilgebundene und ungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren	• Ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltung anhand von Indikatoren erläutern • gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern	• Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden • Übungen im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen	• Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen • positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen

Aufbauend auf den bisherigen Bewegungserfahrungen erlernen und erarbeiten wir verschiedene Bewegungsgestaltungen unter der Berücksichtigung von Gestaltungskriterien. Dabei sollen langfristig alle SuS befähigt werden, Tanzchoreographien selbstständig zu entwickeln, auszuführen und zu beurteilen. Außerdem gehen wir dabei auf den gesundheitlichen Nutzen und die Risiken des Sporttreibens ein.

BF 5: Bewegen an Geräten - Turnen

Inhaltsfelder/Päd. Perspektiven: ***A****, B, F **

Bewegungs- u. Wahrnehmungskompetenz:	**Sachkompetenz:**	**Methodenkompetenz:**	**Urteilskompetenz:**
• Eine differenzierte Kürübung aus mehreren Einzelelementen auf technisch-koordinativ vertieftem Niveau an zwei Wettkampfgeräten demonstrieren • Eine komplexe Gruppen- oder Einzelgestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination präsentieren • Am Boden eine Partnerkür mit akrobatischen Elementen unter Berücksichtigung von Ausführungs- und Gestaltungskriterien präsentieren • Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden	• Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen erläutern • Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben • Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern	• Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden	• Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen • Unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen

Aufbauend auf den bisherigen Bewegungserfahrungen erlernen und erarbeiten die SuS das Turnen an unterschiedlichen Geräten. Normgebundenes und ungebundenes Turnen an verschiedenen Geräten und Gruppen- bzw. Partnergestaltungen werden berücksichtigt. Außerdem gehen wir dabei auf den gesundheitlichen Nutzen und die Risiken des Sporttreibens ein.

Kursprofil: Miteinander - Gegeneinander

BF 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Fußball

Inhaltsfelder/Päd. Perspektiven: ***D, E****, B **

Bewegungs- u. Wahrnehmungskompetenz:	**Sachkompetenz:**	**Methodenkompetenz:**	**Urteilskompetenz:**
• Im Fußball grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen • Selbst entwickelte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen	• Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern • Ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltung anhand von Indikatoren erläutern	• Bewegungsspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden • Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen	• Die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen • Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen

Der Erwerb von Spielfähigkeit durch das Erlernen grundlegender Techniken, Taktiken und Regeln im Torspiel Fußball steht im Vordergrund. Dabei sollen die Regeln den Rahmenbedingungen des Kurses angepasst bzw. auch neue Spielformen entwickelt werden. Weitere Torspiele oder auch Kombinationen von Sportspielen werden nach Neigung des Kurses erprobt. Durch viele Spiel- und Übungsformen sollen insbesondere Mädchen und „Nichtvereinsfußballer“ mit Freude ihr Fußballspielen verbessern.

Spielen in und mit Regelstrukturen - Tischtennis

Inhaltsfelder/Päd. Perspektiven: A, ***E*** *****

Bewegungs- u. Wahrnehmungskompetenz:	**Sachkompetenz:**	**Methodenkompetenz:**	**Urteilskompetenz:**
• Im Tischtennis grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden	• Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben	• Bewegungsspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden	• Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen

Durch die Erweiterung der bisherigen Bewegungserfahrungen sollen alle SuS befähigt werden, Tischtennis freizeitmäßig spielen zu können. Optimales Ziel ist das Erlernen der technischen und taktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten für das Tischtennisspiel, so dass möglichst viele

Kursteilnehmer in der Lage sein werden, Tischtennis unter Wettkampfbedingungen zu spielen.

BF 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

*Inhaltsfelder/Päd. Perspektiven: C, **D**, F **

Bewegungs- u. Wahrnehmungskompetenz:	**Sachkompetenz:**	**Methodenkompetenz:**	**Urteilskompetenz:**
• Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren • Einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich eines Ausdauerleistung von 5000m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung der persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen • Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Min.)	• Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern • Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern	• Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen • Entwicklung der individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren • Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen	• Positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen

Über die leichtathletischen Disziplinen Laufen, Springen, Werfen wollen wir die Bedingungen des Sportabzeichens schaffen. Schwimmen und Radfahren ergänzen diesen Sportbereich. Durch Verbesserung aller konditionellen Eigenschaften und Erweiterung der bisherigen Bewegungserfahrungen soll die persönliche Fitness und damit das allgemeine Wohlbefinden gesteigert werden.

Kursprofil: Vom Freizeitsport zum Wettkampfsport

BF 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Badminton

Inhaltsfelder/Päd. Perspektiven: ***D, E***

Bewegungs- u. Wahrnehmungskompetenz:	**Sachkompetenz:**	**Methodenkompetenz:**	**Urteilskompetenz:**
• Im Badminton (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster inkl. der notwendigen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktischen Fähigkeiten reflektiert anwenden • Turnierformen unter ausgewählten Zielrichtungen (Schulmeisterschaft, Freude am Miteinander-Spielen) für sich und andere planen und durchführen	• Den Einfluss von Faktoren, Rollen und Regeln auf das Gelingen von Spielsituationen beschreiben • Individualtaktische Lösungsmöglichkeiten im Spiel reflektiert anwenden	• Bewegungsspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden • Individual- und partnerbezogene Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen	• Unterschiedliche Übungs-, Spiel- und Turnierformen im Badminton (mit neuen Partnern und wechselnden Gegnern sowie unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen) beurteilen bzw. evaluieren

Federball und Badminton sind zwei verschieden Sichtweisen derselben traditionsreichen Spielform. Ausgehend von der freizeitorientierten Auslegung werden wir uns die wettkampforientierten Aspekte dieser dynamischen Sportart sowohl auf technischer als auch auf taktischer Ebene erarbeiten und versuchen, sie in regelgerechten Strukturen bis hin zu Turnieren im Einzel und Doppel/Mixed anzuwenden. (Hinweis: Schläger und geeignete Bälle müssen selbst beschafft werden).

Spielen in und mit Regelstrukturen - Basketball

Inhaltsfelder/Päd. Perspektiven: ***A, E*** *

Bewegungs- u. Wahrnehmungskompetenz:	**Sachkompetenz:**	**Methodenkompetenz:**	**Urteilskompetenz:**
• Im Basketballspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen, im Team miteinander gegen andere Teams regelkonform und erfolgsorientiert spielen.	• Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportarttypischen Handlungssituationen beschreiben.	• Die Schülerinnen und Schüler können sich auf das spezifische Arrangement des Basketballs verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spiel- und Übungssituationen selbstständig organisieren).	• Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen

Basketball besitzt einen hohen Freizeit prägenden Charakter (Freizeitmannschaften, Streetball), er wird aber ebenso auf höchstem technischen Niveau (NBA-Liga) gespielt. In diesem Spannungsfeld findet sich unsere Schulsportart mit dem Leitgedanken wieder, im Team miteinander gegen andere Teams regelkonform und erfolgsorientiert zu spielen. Zur differenzierten Wahrnehmung der Spielidee im Basketball können verwandte Spielformen wie Korfball mit einbezogen werden, damit teambildendes und kooperierendes Verhalten in der Schule stärker akzentuiert werden.

BF 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltsfelder/Päd. Perspektiven: ***A, F***

Bewegungs- u. Wahrnehmungskompetenz:	**Sachkompetenz:**	**Methodenkompetenz:**	**Urteilskompetenz:**
• Verbesserung von Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Bezugnahme auf individuelle Voraussetzungen • Einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschl. eines Ausdauerleistung von 5000m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung der persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen • Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Min.)	• physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern • gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern • gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern • zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern	• Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen • Entwicklung der individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren • Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen	• Positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen

Damit Schulsport als ein besonderes Fach nicht nur auf die Schulzeit beschränkt bleibt sondern sich zu einem lebenslangen Begleiter mit positiv empfundenen psychischen und mentalen Auswirkungen entwickelt, suchen wir im Bereich Leichtathletik nach Möglichkeiten, gesundheitsfördernde Aspekte in den einzelnen Disziplinen für uns zu entdecken und diese individuell umzusetzen.

8. Projekte

8.1 Ausbildung zum DFB-Junior Coach

Die Schule bietet in Kooperation mit dem FVM und dem Fußballverein SV Falke Bergrath Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit, sich als DFB-Junior Coach in der Jahrgangsstufe 10 (EF) ausbilden zu lassen. Die Ausbildung und der Einsatz der Sporthelfer werden von Frau Hellmich

durchgeführt. Einsatz (z.B. Unterstützung des schulsportlichen Wettkampfwesens, *Betreuung des Sports im Ganztag* u.v.m.) und durchgeführte Maßnahmen sind zu dokumentieren. Das Programm wird in einem Abstand von 3 Jahren evaluiert. Jährlich werden mindestens 20 Ausbildungsplätze zur Verfügung gestellt.

In Absprache mit dem Fußballverband Mittelrhein wird den Schülerinnen und Schülern, die die DFB-Junior Coach-Ausbildung erfolgreich abgeschlossen haben, eine Teilnahme am Lehrgang zur C-Trainer-Lizenz im Fußball zum Sonderpreis von z.Zt. 80 €uro angeboten. Dieser findet in den Ferien statt.

8.2 Schulsportwettkämpfe und „Jugend trainiert für Olympia“

Für die Organisation und Koordination des schulsportlichen Wettkampfwesens ist Frau Hellmich verantwortliche Ansprechpartnerin. Die Teilnehmer der Schulsportwettkämpfe finden entsprechende Informationen in den Sportschaukästen in Haupt- und Nebengebäude.

Die Teilnahme am schulsportlichen Wettkampfwesen “Jugend trainiert für Olympia“ wird regelmäßig dokumentiert. Gewonnene Pokale und Urkunden werden in der Vitrine in der Mensa ausgestellt.

8.3 Schulsportfeste und -turniere; Sport im Rahmen von Schulfesten

Leisten und Leistung zu erfahren, sind unverzichtbare Bestandteile des Sports. Deshalb beschließt die Fachkonferenz, auf der Grundlage des Unterrichts Bundesjugendspiele und Schulsportwettkämpfe und -turniere durchzuführen. Die Ergebnisse werden angemessen in die Benotung einbezogen.

- In den Jahrgangsstufen 5 und 6 werden Mini-Fußball-Turniere für Mädchen (Halle) und Jungen (Rasen) durchgeführt. Die SuS, die an der Ausbildung zum DFB-Vereinsassistenten teilnehmen, werden in die Organisation und Durchführung mit eingebunden.
- In der Jahrgangsstufe 6 findet ein schulinternes Schwimmfest statt.
- Der Badmintonkurs der Jgst. 12 organisiert ein schulinternes Badmintonturnier, an dem alle interessierten Schülerinnen und Schüler teilnehmen können.
- Die leichtathletischen Bundesjugendspiele finden in den Klassen 5-10 statt, die Jgst. 11 ist in die Durchführung mit eingebunden.

9. Anhang Leistungstabellen

Leichtathletik-Dreikampf

Jungen

Alter	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	Kugel	Ball
9	735	705	675	645	615	585	555	525	495	465	435	405	375	345		80g
10	845	810	775	740	705	670	635	600	564	530	495	460	425	390		80g
11	955	915	875	835	795	755	715	675	635	595	555	515	475	435		80g
12	1065	1020	975	930	895	840	795	750	705	660	615	570	525	480	3kg	80g
13	1140	1095	1050	1005	960	915	870	825	780	735	690	645	600	555	3kg	80g
14	1215	1170	1125	1080	1035	990	945	900	855	810	765	720	675	630	4kg	200g
15	1325	1275	1225	1175	1125	1075	1025	975	925	875	825	775	725	675	4kg	200g
16	1435	1380	1325	1270	1215	1160	1105	1050	995	940	885	830	775	720	5kg	
17	1510	1455	1400	1345	1290	1235	1180	1125	1070	1015	960	905	850	795	5kg	
18	1565	1510	1475	1420	1365	1310	1255	1200	1145	1090	1035	980	925	870	6.25kg	
19	1660	1605	1550	1495	1440	1385	1330	1275	1120	1065	1010	955	900	845	6.25kg	
20	1735	1680	1625	1570	1515	1460	1405	1350	1295	1240	1185	1130	1075	1020	6.25kg	
Mädchen																
Alter	1+	1	1-	2+	2	2-	3+	3	3-	4+	4	4-	5+	5	Kugel	Ball
9	790	755	725	685	650	615	585	550	515	480	445	410	375	340		80g
10	905	865	825	785	745	705	665	625	585	545	505	465	425	385		80g
11	980	940	900	860	820	780	740	700	660	620	580	540	500	460		80g
12	1055	1015	975	935	895	855	815	775	735	695	655	615	575	535	2,5kg	80g

13	1105	1065	1025	985	945	905	865	825	785	745	705	665	625	585	2,5kg	80g
14	1130	1090	1050	1010	970	930	890	850	810	770	730	690	650	610	3kg	200g
15	1155	1115	1075	1035	995	955	915	875	835	795	755	715	675	635	3kg	200g
16	1180	1140	1100	1060	1020	980	940	900	860	820	780	740	700	660	4kg	
17	1205	1165	1125	1085	1045	1005	965	925	885	845	805	765	725	685	4kg	
18	1230	1190	1150	1110	1070	1030	990	950	910	870	830	790	750	710	4kg	
19	1230	1190	1150	1110	1070	1030	990	950	910	870	830	790	750	710	4kg	
			EU					SU								

Ausdauerprojekt EF

Jogging (5 km)				Inline-Skating (10,75 km)				Rad (21,5 km)				Schwimmen (1km)			
Mädchen		Jungen		Mädchen		Jungen		Mädchen		Jungen		Mädchen		Jungen	
1+	0:25:00	1+	0:21:40	1+	0:31:30	1+	0:29:30	1+	0:43:00	1+	0:39:00	1+	0:22:55	1+	0:20:35
1	0:25:40	1	0:22:20	1	0:32:45	1	0:30:45	1	0:44:30	1	0:40:30	1	0:23:30	1	0:21:10
1-	0:26:20	1-	0:23:00	1-	0:34:00	1-	0:32:00	1-	0:46:00	1-	0:42:00	1-	0:24:05	1-	0:21:45
2+	0:27:00	2+	0:23:40	2+	0:35:15	2+	0:33:15	2+	0:47:30	2+	0:43:30	2+	0:24:40	2+	0:22:20
2	0:27:40	2	0:24:20	2	0:36:30	2	0:34:30	2	0:49:00	2	0:45:00	2	0:25:15	2	0:22:55
2-	0:28:20	2-	0:25:00	2-	0:37:45	2-	0:35:45	2-	0:50:30	2-	0:46:30	2-	0:25:50	2-	0:23:30
3+	0:29:00	3+	0:25:40	3+	0:39:00	3+	0:37:00	3+	0:52:00	3+	0:48:00	3+	0:26:25	3+	0:24:05
3	0:29:40	3	0:26:20	3	0:40:15	3	0:38:15	3	0:53:30	3	0:49:30	3	0:27:00	3	0:24:40
3-	0:30:20	3-	0:27:00	3-	0:41:30	3-	0:39:30	3-	0:55:00	3-	0:51:00	3-	0:27:35	3-	0:25:15
4+	0:31:00	4+	0:27:40	4+	0:42:45	4+	0:40:45	4+	0:56:30	4+	0:52:30	4+	0:28:10	4+	0:25:50
4	0:31:40	4	0:28:20	4	0:44:00	4	0:42:00	4	0:58:00	4	0:54:00	4	0:28:45	4	0:26:25
4-	0:32:20	4-	0:29:00	4-	0:45:15	4-	0:43:15	4-	0:59:30	4-	0:55:30	4-	0:29:20	4-	0:27:00

5+	**0:33:00**	**5+**	**0:29:40**	**5+**	**0:46:30**	**5+**	**0:44:30**	**5+**	**1:01:00**	**5+**	**0:57:00**	**5+**	**0:29:55**	**5+**	**0:27:35**
5	**0:33:40**	**5**	**0:30:20**	**5**	**0:47:35**	**5**	**0:45:35**	**5**	**1:02:30**	**5**	**0:58:30**	**5**	**0:30:30**	**5**	**0:28:10**
5-	**0:34:20**	**5-**	**0:31:00**	**5-**	**0:49:00**	**5-**	**0:47:00**	**5-**	**1:04:00**	**5-**	**1:00:00**	**5-**	**0:31:05**	**5-**	**0:28:45**