

Schulinterner Lehrplan für das Fach Sport

Stand: November 2023

Inhaltsverzeichnis:

1. Das Fach Sport am Albertus-Magnus-Gymnasium Köln	3
1.1 Leitbild für das Fach Sport am AMG	3
1.2 Qualitätsentwicklung und Sicherung	3
1.3 Sportstätten am Albertus-Magnus-Gymnasium	4
1.4 Außerunterrichtliche Sportangebote	4
1.5 Aufgaben und Ziele des Faches	4
1.6 Kompetenzbereiche und Bewegungsfelder	5
1.7 Lernerfolgsüberprüfung und Leistungsbewertung	7
1.8 Inklusiver Sportunterricht	7
2. Unterrichtsvorhaben in der Sekundarstufe I	8
2.1 Übersicht über alle Unterrichtsvorhaben in der Sek I	8
2.2 Konkretisierte Unterrichtsvorhaben in der Sek I	13
2.2.1 Unterrichtsvorhaben in Jahrgangsstufe 5	13
2.2.2 Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 6	27
2.2.3. Unterrichtsvorhaben in Jahrgangsstufe 7	39
2.3.4 Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 8	51
2.2.5. Unterrichtsvorhaben in Jahrgangsstufe 9	63
2.2.6. Unterrichtsvorhaben in Jahrgangsstufe 10	81
3. Unterrichtsvorhaben und Profilbildung in der Sekundarstufe II	92
Einführungsphase	92
Qualifikationsphase	96
Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen	99
4. Kriterien der Leistungsbewertung Sekundarstufe I/II	105
5. Individuelle Förderung	105
5.1 Information Biologie Sport	105

1. Das Fach Sport am Albertus-Magnus-Gymnasium Köln

1.1 Leitbild für das Fach Sport am AMG

Der Stellenwert des Faches Sport im Schulleben und im Schulprogramm des Albertus-Magnus-Gymnasiums drückt sich im Leitbild des AMG – Aktiv Miteinander Gestalten - und im Schulsport-Konzept aus und ist Bestandteil des schulinternen Lehrplans.

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

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

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

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 sowie an Fortbildungen im Rahmen der Unterrichtsentwicklung und Förderung des Schulsports. Die Fachschaft Sport tauscht sich regelmäßig intern über bewährte Unterrichtsreihen aus.

1.3 Sportstätten am Albertus-Magnus-Gymnasium

Das Albertus-Magnus-Gymnasium verfügt über drei Sporthallen, eine zusätzliche Gymnastikhalle und einen schuleigenen Fitnessraum. Alle Hallen sind mit einem großen Angebot an Sportmaterialien ausgestattet (jeweils ein Klassensatz Fußbälle, Basketbälle und Volleybälle, Badmintonschläger, Hockeyschläger, Handbälle, etc. pro Halle) ausgestattet. Der Fitnessraum beherbergt unter anderem 20 TRX-Schlingentrainer, eine Spiegelwand für Tanz und Bewegungstheater sowie Matten, eine Musikanlage und Klangschalen für Yoga- und Achtsamkeitstrainings. Außerdem befinden sich auf dem Schulgelände ein umzäunter Fußballplatz, ein Basketball-Freiplatz sowie eine Leichtathletikanlage inklusive Weitsprunggrube und Sprintlaufbahn. Der Schwimmunterricht in Klasse 6 findet im ca. 2km entfernten Ossendorf- Schwimmbad statt, das mit Schwimmbussen erreicht wird.

1.4 Außerunterrichtliche Sportangebote

Zusätzlich zum Sportunterricht gibt es im Rahmen des Ganztags ein vielfältiges Sport-Angebot der Katholischen Jugendagentur KJA. Neben den klassischen Schulsportangeboten Fußball, Hockey und Basketball haben sich Kurse wie Hiphop, Breakdance und Schach etabliert.

Einen festen Platz nimmt auch die traditionelle Skifahrt in Jahrgangsstufe 8 ein. Jedes Frühjahr fährt die gesamte Stufe für eine Woche ins Ahrntal nach Südtirol in Italien, um in kleinen Gruppen das alpine Skifahren zu erlernen.

Des Weiteren finden nach Möglichkeit und in Absprache mit den Klassen/Kursen Exkursionen zur Einführung in Sportarten wie z.B. Klettern, Wasserskifahren, Eislaufen oder Bouldern statt.

1.5 Aufgaben und Ziele des Faches

Folgende sechs pädagogische Inhaltsfelder bestimmen den Sportunterricht und werden von der Fachschaft Sport am AMG in den verschiedenen Unterrichtsvorhaben angewendet:

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

Durch diese unterschiedlichen Blickrichtungen auf Bewegung, Spiel und Sport gehören Reflexion, Verständigung, Partizipation sowie Mehrperspektivität zu den leitenden Prinzipien des Sportunterrichts. Mehrperspektivische Zugänge im Bewegungshandeln bilden damit eine wesentliche Grundlage für die Entwicklung sportlicher Handlungskompetenz und strukturieren die beobachtbaren fachlichen Anforderungen und das überprüfbare fachliche Können und Wissen im Sportunterricht. Dabei bietet der Sportunterricht den Schülerinnen und Schülern Gelegenheiten, durch aktive Auseinandersetzung mit vielfältigen sportlichen Handlungssituationen in unterschiedlichen Bewegungsfeldern und Sportbereichen ihr Bewegungskönnen auszubilden und zu verbessern.

Umfassende Handlungskompetenz beinhaltet ausgehend von der für das Fach Sport zentralen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz immer auch eine fachspezifische Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz. Sie umfasst nicht nur gekonntes und reflektiertes sportliches Bewegungshandeln, sondern bezieht die Fähigkeiten ein, situativ sachgerecht und methodisch sinnvoll zu handeln, sich in sportlichen Handlungssituationen individuell und sozial verantwortlich zu verhalten sowie diese ergänzend durch sportliche Sachverhalte und Fragestellungen nach einsichtigen und nachvollziehbaren Kriterien zu reflektieren und zu beurteilen. So erwerben die Schülerinnen und Schüler des Albertus-Magnus-Gymnasiums Kompetenzen, insbesondere auch mit Blick auf das Fach Sport in der gymnasialen Oberstufe, die es ihnen ermöglichen, im Rahmen einer reflektierten Praxis fachliche Fragestellungen und Sachverhalte zu beurteilen, um auch komplexe sportliche Handlungssituationen zu bewältigen.

Der zeitliche Umfang bzw. die Dauer der einzelnen Unterrichtsreihen ist in den nachfolgend konkret ausgearbeiteten Unterrichtsvorhaben aufgeführt. Laut Stundentafel für die Sekundarstufe I werden am AMG in der Erprobungsstufe 7 Sportstunden (5. Klasse: 4; 6. Klasse: 3) und in der Jahrgangsstufe 7-10 insgesamt 11 Stunden Sport (3; 3; 3; 2) unterrichtet. In der Sekundarstufe II werden drei Stunden pro Woche unterrichtet.

Die im weiteren Verlauf dieses Curriculums aufgeführten Unterrichtsvorhaben werden als Module verstanden, die während eines Schuljahres zeitlich flexibel durchgeführt werden.

1.6 Kompetenzbereiche und Bewegungsfelder

Die folgenden neun laut Kernlehrplan NRW im Sportunterricht zu behandelnden Bewegungsfelder mit den beschriebenen inhaltlichen „Kernen“ werden am AMG im Sinne eines kompetenzerweiternden Spiralcurriculums im Verlauf der Schullaufbahn wiederkehrend unterrichtet. Dabei bildet Basketball die Schwerpunktsportart am AMG und wird in drei Jahrgangsstufen der Sekundarstufe I durchgeführt (Absatz 2). In der Qualifikationsphase der Sekundarstufe II wählen die Schülerinnen und Schüler sogenannte Sportprofile, welche schwerpunktmäßig zwei Bewegungsfelder thematisieren (siehe Absatz 3).

	Bewegungsfelder und Sportbereiche	Inhaltliche Kerne
1	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	• allgemeines und spezielles Aufwärmen • motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness • aerobe Ausdauerfähigkeit
2	Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	• kooperative Spiele • kleine Spiele und Pausenspiele • Spiele aus anderen Kulturen
3	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	• grundlegendes leichtathletisches Bewegen • leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) • traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe
4	Bewegen im Wasser – Schwimmen	• sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • Schwimmmarten einschließlich Start und Wende • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser
5	Bewegen an Geräten – Turnen	• normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen • normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen • Akrobatik
6	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste	• gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung • darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage)
7	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) • Partnerspiele (Badminton, Tischtennis) • weitere Sportspiele und Sportspielvarianten
8	Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootsport/Wintersport	• Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder • Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee
9	Ringern und Kämpfen – Zweikampfsport	• Kämpfen um Raum und Gegenstände • Kämpfen mit- und gegeneinander

Die Entwicklung der für das Fach Sport angestrebten umfassenden Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport erfolgt durch die Vermittlung der vier untereinander vernetzten Kompetenzbereiche **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz, Sach-, Methoden- sowie Urteilskompetenz**. In den nachfolgend beschriebenen Unterrichtsreihen werden verschiedene Kompetenzerwartungen der vier Kompetenzbereiche berücksichtigt und thematisch sinnvoll mit den Bewegungsfeldern kombiniert.

Weitere detaillierte Informationen zu den oben aufgeführten Kompetenzbereichen sowie zu den Bewegungs- und Inhaltsfeldern bieten die Kernlehrpläne der Sekundarstufe I und II für Gymnasien des Landes Nordrhein-Westfalen für das Fach Sport, welche auf den Internetseiten des Schulministeriums NRW abgerufen werden können.

1.7 Lernerfolgsüberprüfung und Leistungsbewertung

Bei der Leistungsbewertung von Schülerinnen und Schülern sind im Fach Sport hauptsächlich erbrachte Leistungen im Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen im Unterricht“ zu berücksichtigen. Die Leistungsbewertung bezieht sich dabei auf die im Unterricht erworbenen Kompetenzen, welche den Schülerinnen und Schülern in den unterschiedlichen Unterrichtsvorhaben vermittelt werden. Ein detailliert ausgearbeitetes Leistungskonzept des AMG befindet sich am Ende dieses Curriculums.

1.8 Inklusiver Sportunterricht

Das Albertus-Magnus-Gymnasium ist eine inklusive Schule des gemeinsamen Lernens. Im Sportunterricht am AMG wird Diversität wertgeschätzt und es gilt als selbstverständlich, dass dieser den Bedürfnissen aller Schülerinnen und Schüler gewachsen sein soll. Alle Kinder werden integriert, deren Vielfalt als Stärke angesehen und keine Schülerin und kein Schüler werden als „andersartig“ angesehen. Damit inklusiver kompetenzorientierter Sportunterricht, der allen Schülerinnen und Schülern gerecht wird, gelingen kann, berücksichtigen die Sportlehrkräfte des AMG unter anderem auch das Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR) sowie das Aufgaben-Anforderungs-Regler-Modell (AAR) nach Neumaier und Schlecht. Detaillierte Informationen diesbezüglich findet man im Bericht „Fördern und Fordern II - Gemeinsames Lehren und Lernen im kompetenzorientierten Sportunterricht“ auf den Internetseiten der Bezirksregierung Arnsberg.

2. Unterrichtsvorhaben in der Sekundarstufe I

2.1 Übersicht über alle Unterrichtsvorhaben in der Sek I

Jahrgang	5	6	7	8	9	10
UE* im Schuljahr	ca. 36 x 4 = 144 • 128 obligatorische UE • 16 Freiraum UE	ca. 36 x 3 = 108 • 70 UE Schwimmen • 38 UE Halle	ca. 36 x 3 = 108 • 90 obligatorische UE • 18 Freiraum UE	ca. 36 x 3 = 108 • 90 obligatorische UE • 18 Freiraum UE	ca. 36 x 3 = 108 • 90 obligatorische UE • 18 Freiraum UE	ca. 36 x 2 = 72 • 48 obligatorische UE • Freiraum UE
1. Körper + Bewegung	Ausdauer (aerobe Ausdauer) 16 UE • Laufspiele • Staffeln • Pulsmessung, Anstrengung wahrnehmen • Borgskala als Anstrengungsbarometer	Allgemeines und spezielles Aufwärmen 2 UE Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness (über das Schuljahr verteilt)		Fitness 15 UE • Allgemeines und spezielles Aufwärmen • Ski-Gymnastik • Zirkeltraining • 30-Minuten-Fitness • Koordinations-training	Ausdauer (aerobe Ausdauer) 10 UE 30 min Lauf (Vorbereitung 5000 m in der Q) MKR: gesundheitsorientiertes Laufen mit Hilfe einer App analysieren	Fitness 12 UE • TRX • Ganzkörpertraining • Bewegungs-/ Partnerkorrekturen • NRW Sportmotorischer Test
2. Spielen entdecken	Spielentwicklung 16 UE • kooperative Spiele • Pausenspiele (z.B. Lauf- und Fangspiele) • Spiele entwickeln		Spiele weiter entwickeln, 15 UE • z.B. Zombieball und Völkerball-Variationen • Spiele aus anderen Kulturen (Lacrosse, Rugby)	Endzonenspiel 15 UE • Ultimate Frisbee • Rugby oder Flag Football • Regeln an den Unterricht anpassen		Spiele entdecken 12 UE • Trendsportarten, z.B. Spikeball • American Football • Tchoukball

3. Laufen, Springen, Werfen	Leichtathletik 16 UE • Vorbereitung BJS • Sprint, Sprung, Wurf • Alternative Wettbewerbe (z.B. Biathlon in Halle) <i>MKR 1.1, 1.2, 1.4, 4.4, 5.3</i>		Leichtathletik 15 UE • Coopertest • Staffelläufe • Hürdenlauf • Sprint (Tiefstart) • Weitsprung (Hocksprung)	Leichtathletik 15 UE • Hochsprung (Freiraum: Verschiedene Sprungarten-Olympiade mit alternativen Elementen) <i>MKR 1.1, 1.2, 1.4, 4.4, 5.3</i>	Leichtathletik 10 UE • Kugelstoßen	
4. Bewegen im Wasser		Schwimmen 70 UE • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • Schwimmarten einschließlich Start und Wende • Tauchen, Wasserspringen, Spiele im Wasser				
5. Bewegen an Geräten	(zwei UV je 16 UE) Bodenturnen • Rollbewegungen • Rad • Sprünge und Schwingen • Normungebundenes Turnen (z.B. Turnparcours)		Turnen 15 UE • Boden • Kasten • Balken • Reck • Ringe		Le Parkour 15 UE • Normungebundenes Turnen an Geräten	

	Akrobatik • Körperspannung • Pyramiden • Präsentation • Gymnastische Bewegungsgestaltung mit und ohne Handgerät (z.B. Seil, Ball) MKR 1.2, 3.2, 4.1, 5.3		MKR 1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 4.1, 4.2, 4.4, 5.3			
6. Gestalten, Tanzen, Darstellen		HipHop 12 UE • Tänzerische Bewegungsgestaltung • Körperspannung • Bewegungsgestaltung • Kreativität • Kür	Ropeskipping 15 UE • Gestaltungskriterien • Präsentation einer Kür • Grundsprünge		BallKorobics 15 UE • Darstellende Bewegungsformen • Rhythmus und Koordinationsschulung • Kür, Gestaltungskriterien • Jonglage	Tanz 12 UE • Standardtanz: Rumba, ChaCha, Discofox oder Tanzchoreographie zu Pop-Song entwickeln • tänzerische Bewegungsgestaltung

7. Sport-spiele	Basketball 16 UE • Grundtechniken: Passen, Fangen, Dribbeln, Zielwurf , Korbleger • Spielabzeichen Bronze BBV	Badminton 12 UE • Technik Grundschläge (Aufschlag, Clear, Drop) Unihockey 6 UE • Vorbereitung auf Hallenhockey	Hockey 15 UE • Holzhockey-Schläger • Technik (Schlägerhaltung, Vorhandschiebepass, Ballannahme, Dribbling) Fußball 15 UE • Technik • Ballführung • Ballkontrolle • Schuss • Dribbling • Zweikampf	Volleyball 15 UE • Grundtechniken (Pritschen, Baggern, Kommunikation) • Aufschlag von unten • 3:3 Kanada-Variante Basketball 15 UE • Grundtechniken erweitern (Rebound) • Taktisch-kognitive Fähigkeiten • Technisch-koordinative Fertigkeiten	Badminton 15 UE • Ergänzung der Grundschläge • Smash • Rückhandschläge • Gegner ausspielen Tchoukball 15 UE • Gewöhnung an Ball und Frame • Gewöhnung an taktisch neue, ungewohnte Spielform Hockey 15 UE • Taktik • Zonenspiele	Basketball 12 UE • Individual- und Gruppentaktik • 1 vs.1, 3 vs. 3, Zonenspiele (Freiraum: Volleyball: • Aufschlag von oben • Angriffsschlag • Blocken • Taktik)
8. Gleiten, Rollen, Fahren		Rad-Führerschein (außerunterrichtlich) Waveboard 6 UE • koordinative Fähigkeiten		Skifahrt (außerunterrichtlich) • sichere Fortbewegung auf Skiern		

9. Ringen und Kämpfen	Spielerischer Bodenkampf 16 UE • Kämpfen um Raum und Gegenstände • Kämpfen mit- und gegeneinander • Regeln und Rituale			Ringen und Kämpfen 15 UE • Fixieren am Boden (Haltegriffe) • "Befrei"-Techniken • Fallschule (z.B. Judorolle) • Kampftechniken im Stand (z.B. Würfe) • Kontern, Fintieren		
------------------------------	---	--	--	--	--	--

***UE steht für eine Unterrichtseinheit.**

Im Folgenden werden die einzelnen Unterrichtsvorhaben konkretisiert.

2.2 Konkretisierte Unterrichtsvorhaben in der Sek I

2.2.1 Unterrichtsvorhaben in Jahrgangsstufe 5

1. Bewegungsfeld: Körper und Bewegung UV: Ausdauernd Laufen. 15 Minuten. Ohne Pause!			
Inhaltsfelder: Leistung (d) & Gesundheit (f)			
Kompetenzbereiche (Die Schülerinnen und Schüler können...)			
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
- sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen - eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen, - grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden - eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen	- die motorische Grundfähigkeit Ausdauer in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen (IF d) - psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben (IF d) - Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen (IF f)	einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden (IF d)	körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen (IF f)

Didaktische Entscheidungen Ausdauer (aerobe Ausdauer) 16 UE	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• unterschiedliche sportmotorische und koordinative Fertigkeiten und Fähigkeiten über laufintensive Spiele fordern und fördern • Erfahrung des „individuellen Wohlfühlpulses“ durch Pulsmessung • Erster Kontakt mit der Borg-Skala: Einführung des subjektiven Belastungsempfindens • Schulung der Ausdauerleistungsfähigkeit als Hinführung zum 15 Min.-Lauf	Vermittlungsmethode: • Spielerisch-forschend • Struktureller Dreischritt nach • Gogoll	Gegenstände: • Borgskala als Anstrengungsbarometer • Laufspiele • Staffellauf • Pulsmessung • Timer Fachbegriffe: • Allgemeines Aufwärmen • Körperreaktionen beim Sporttreiben: schneller Puls, Schwitzen, Bewegungskoordination	unterrichtsbegleitend: • sonstige Mitarbeit (siehe Leistungskonzept) punktuell: • u.a. 15 Min Lauf im gesundheitsorientierten Bereich (für Details: siehe Leistungskonzept) <i>Aufgrund der altersgemäß sehr leistungsheterogenen Voraussetzungen soll insbesondere die Lernmotivation, Anstrengungsbereitschaft sowie der individuelle Lernfortschritt berücksichtigt werden.</i>

2. Bewegungsfeld: Spiele entdecken
UV: "We have a Game!" - Schülerorientiertes Gestalten von Lauf- und Fangspielen

Inhaltsfelder: Kooperation und Wettkampf (e)

Kompetenzbereiche
(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen, • Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten, • lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen, • unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen.	• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen, • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben.	• selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen • in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren	• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Pausenspiele (z.B. Lauf- und Fangspiele) durchführen • Schülerorientierte Variation von Lauf- und Fangspielen (z.B. Brettball) unter Berücksichtigung der Umstände in der Zielgruppe • Kriteriengeleitete Evaluation von Gruppenergebnissen (z.B. Fairness, Umsetzbarkeit in der Schulpause) • ggf: Involvieren der SuS in Gestaltung aktiver Pausen (Verbraucherbildung)	• Zwecks Dokumentation z.B. Sporttagebuch Vermittlungsmethode: • Genetisches Lernen	Gegenstände: • z.B. Wurfgegenstände Fachbegriffe: • Kooperation • Fairness • Konzentrationsfähigkeit • Kommunikation	unterrichtsbegleitend: • sonstige Mitarbeit (siehe Leistungskonzept) punktuell: • (für Details: siehe Leistungskonzept)

3. Bewegungsfeld: Laufen, Springen, Werfen
UV: Leichtathletik – Vorbereitung auf die Bundesjugendspiele

Inhaltsfelder: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Kompetenzbereiche
(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen, • leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigniveau ausführen • einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen	• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen	• mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen <i>IFa; MKR 1.1, 1.2, 1.4, 4.4, 5.3</i>	• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
- Wurf: - Erproben und Experimentieren mit unterschiedlichen Wurfgeräten - Unterscheidung zwischen Wurf und Stoß - Phasierung der Wurfbewegung - Sprung: - Sprunggewandtheitsschulung, Erproben und Erlernen unterschiedlicher Sprungbewegung - Sprint: - Phasierung des Laufschriffs, - Bewegungsmerkmale beim schnellen Laufen - Körperreaktion (siehe UV Ausdauernd laufen) - alternative Wettbewerbe als Ausblick der UV (z.B. Biathlon in Halle, schülergerechte Olympiade)	- Einsatz von digitalen Medien - Peer-Feedback - Einsatz von Metaphern - Fokus auf Bewegungseffekte - Bewegungsvorstellung bilden Vermittlungsmethode: - Induktives Lernen	Gegenstände: - Sprung-ABC - Sprungleiter - Coaches Eyes - Sprungleiter - Diverse Wurfgegenstände - Schlagball - Elektronische Endgeräte (z.B. Tablet -> "Coaches Eyes") Fachbegriffe: - Ausgewählte Bewegungsmerkmale nach Meinel/ Schnabel (z.B. Bewegungsrhythmus), - Beschleunigung, Impuls	unterrichtsbegleitend: - sonstige Mitarbeit (siehe Leistungskonzept) punktuell: - u.a. Bewegungsausführung bei Wurf, Weitsprung (für Details, siehe Leistungskonzept) <i>(Ggf. werden die Ergebnisse der Bundesjugendspiele mit in die Leistung eingerechnet. Hierbei ist auch wieder der individuellen Steigerung zum Unterricht zu beachten)</i>

5. Bewegungsfeld: Bewegen an Geräten
UV: Grundlegende Elemente des norm(un)gebundenen Turnens

Inhaltsfelder: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Kompetenzbereiche
 (Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren, Bank/Balken/Slackline, Kasten/Bock, Sprossenwand, Boulder-/Kletterwand) demonstrieren, • eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (hier Boden) demonstrieren, • grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.	• unterschiedliche Körperwahrnehmung in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben	• einfache Hilfen (Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden	• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• turnerische Spielformen (z.B. Ninja Warrior; auch als Diagnosemöglichkeit) • Rolle vw/rw • Ein-/Zweibeiniger Absprung • Strecksprung in Variationen • Scher-, Schritt- und Pferdchensprung • Handstützvariationen • Handstand • Rad • Hilfestellungen • Sicherheit an Geräten • Umgang mit Geräten üben Mögliche Geräte: Barren	Vermittlungsmethode: • Ganzheitsmethode	Gegenstände: • Sicherheitserlass • Kästen • Bock • Bänke • Ringe • Barren • Diverse Matten • Geländehilfen • Reutherbretter Fachbegriffe: • Sicherheitsrelevante Aspekte eingesetzter Geräte (z.B. Hebel beim Barren)	unterrichtsbegleitend: • sonstige Mitarbeit (siehe Leistungskonzept) punktuell: • u.a. Körperspannung, Gleichgewichtsübungen, Bewegungsausführung bei ausgewählten, turnerischen Bewegungselementen (für Details: siehe Leistungskonzept)

5. Bewegungsfeld: Bewegen an Geräten
UV: Akrobatik

Inhaltsfelder: c: Wagnis und Verantwortung, b: Bewegungsgestaltung,

Kompetenzbereiche
(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren, Bank/Balken/Slackline, Kasten/Bock, Sprossenwand, Boulder-/Kletterwand) demonstrieren, • eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (hier Boden) demonstrieren, • grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.	• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben.	• verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen.	• einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Ausgehend von Partnerpyramiden Entwicklung von Klassenpyramiden • Entwicklung und Reflexion von Sicherheitsaspekten und Absprachen	Vermittlungsmethode: • ganzheitlich	Gegenstände: • Matten • Akrobatikkarten Fachbegriffe: • Sicherheitsbegriffe • Sicherheitsstellungen	unterrichtsbegleitend: • sonstige Mitarbeit (siehe Leistungskonzept) punktuell: • Abschlusspyramiden

7. Bewegungsfeld: Sportspiele

UV: Basketball Einführung – Grundlegende technische Elemente und sportgerichtetes Verhalten

Inhaltsfelder: Kooperation und Konkurrenz (e)

Kompetenzbereiche

(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden, • sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten, • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (hier Basketball) grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden.	• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben	• in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentiere	• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Mannschaftssportart: Basketball • In Anlehnung an die Heidelberger Ballschule werden Übungen aus den drei Bausteinen (A) Taktik, (B) Koordination und (C) Technik eingesetzt. ○ Unterschiedliche Formen des Passens: direkter Pass, Bodenpass ○ Beidhändiges Fangen des Balles im Stand und in der Bewegung ○ Korbleger ○ Technik des Standwurfs in Grundzügen ○ Dribbling (mit rechts, mit links, Handwechsel, Körper zwischen Ball und Gegner) ○ Manndeckung in Grundzügen • Spielabzeichen Bronze BBV als UV-Ausblick	Offener Stundenbeginn (als Diagnosemöglichkeit) bestehend aus kooperativ zu lösende Koordinationsaufgaben (Heidelberger Ballschule) • auf unterschiedlichen Niveaustufen • mit verschiedenen Bällen und mit wechselnden Partnern • mit verschiedenen Bällen und mit wechselnden Partnern Vermittlungsmethode: • Integrative Spielmethode nach der Heidelberger Ballschule	Gegenstände: • Hütchen • Parteibänder • Basketbälle Fachbegriffe: • Doppeldribbling • Sternschritt • Manndeckung • Orientierungsfähigkeit	unterrichtsbegleitend: • sonstige Mitarbeit (siehe Leistungskonzept) punktuell: • u.a. Spielfähigkeit • diverse Pässe und ihre Genauigkeit (Technik) • Spielübersicht (freie Mitspieler anspielen) • Freilaufen & Anbieten

9. Bewegungsfeld: Ringen und Kämpfen
UV: Spielerischer Bodenkampf

Inhaltsfelder: Wagnis und Verantwortung (c) & Gesundheit (f)

Kompetenzbereiche

(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen • in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen	• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben (IF c) • grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen (IF f)	• verlässlich verbale und non-verbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituation geben und gezielt nutzen (IF c) • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen (IF f)	• einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen (IF c)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Erarbeiten gemeinsamer Regel • Mit Gleichgewicht und Körperspannung experimentieren • Kleine Kämpfe um Gegenstände, Raum und Körperpositionen (z.B. Mattenkönig/in)	Empfohlene Vorgehensweise: • Kooperation- und Körperkontaktspele (z.B. Atomspiel) • Vertrauensspele (z.B. Blindenlauf) • Ritualisierungen, Sicherheitsaspekte und Stoppsignal einführen Vermittlungsmethode: • struktureller Dreischritt nach Gogoll	Gegenstände: • Medizinbälle • Judomatten Fachbegriffe: • Wagnis • Vertrauen • Verantwortung • Regelbewusstsein • Fairness • Körperschwerpunkt	unterrichtsbegleitend: • sonstige Mitarbeit (siehe Leistungskonzept) punktuell: • ggf. Wettkämpfe nach Punktesystem

2.2.2 Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 6

1. Bewegungsfeld: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen UV: Aufwärmprogramme			
Inhaltsfelder: Gesundheit (f)			
Kompetenzbereiche (Die Schülerinnen und Schüler können...)			
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz - sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen, - eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen, - grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden	Sachkompetenz Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen	Methodenkompetenz Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen	Urteilskompetenz körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Allgemeines und spezielles Aufwärmen 2 UE Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness (über das Schuljahr verteilt) • Merkmale gesundheitsgerechter Erwärmung, Kräftigungsübungen, Fitness kennenlernen und erläutern können • Aufwärmübungen/ Aufwärmkreis, Dehnübungen entwickeln	• Fitnesszirkel entwickeln • Stationenlernen Vermittlungsmethode:	Gegenstände: • Aufwärmübungen • Dehnübungen • Fitnesstests • Kräftigungsübung Fachbegriffe: • konditionelle Fähigkeiten: Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination • muskuläre Dysbalancen	unterrichtsbegleitend: • sonstige Mitarbeit punktuell: • ein eigenes Aufwärmen kriteriengeleitet erstellen und durchführen

4. Bewegungsfeld: Bewegen im Wasser – Schwimmen
UV: Schwimmen im Ossendorfbad

Inhaltsfelder: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Kompetenzbereiche
 (Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
- das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen - grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen - eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen - in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen.	- unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben - wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen	- mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen - einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden	einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Verständnis bzgl. Widerstände nutzen/meiden • Vielfältige Bewegungserfahrung • Wassergewöhnung • Orientierung unter Wasser • Verhalten im Wasser und Schwimmbad • Kraul- und Brustschwimm-Technik • Arm-Bein-Koordination bei den Schwimm-lagen • Ausdauerschwimmen in Brusttechnik • Atemtechnik • Startsprung/Sprung vom Beckenrand • Sprung vom 1m-Brett (Fußsprung) • Einfache Wettkampf-formen • Gleiten, Tauchen (Tiefe/Strecke) • Rettungsschwimmen	• Schwimmhilfen • Bewegungskarten • Bewegungsphasen beschreiben, beobachten und erkennen • Technikdemonstration • Erproben und Erlernen der Schwimmtechniken • Erproben und Üben unterschiedlicher Transportmöglichkeiten Vermittlungsmethode: • Zergliederungsmethode • Üben von isolierten Bewegungstechniken • Übungsreihen • Differentielles Lernen	Gegenstände: • Flossen • Pullboy • Schwimmbrett • Tauchringe Fachbegriffe: • Bewegungsphasen • Gleitphase • Auftrieb • Vortrieb • Gleichschlag • Wechselschlag • Startsprung • Tauchzug/Streckentauchen • Ziehen/ Schleppen/ Schieben	unterrichtsbegleitend: • Die Befolgung der vereinbarten Verhaltensregeln ist für die sichere Gestaltung jeder Schwimmstunde unverzichtbar. • Daher geht dieser Aspekt über das gesamte Halbjahr in die Leistungsbewertung ein • Disziplin • Zuverlässigkeit punktuell: • Ausführungsqualität einer Schwimmtechnik (Grobform) • Wasserlage • Atemtechnik • Bewegungskoordination

6. Bewegungsfeld: Gestalten, Tanzen, Darstellen
UV: Hip Hop

Inhaltsfelder: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a), Bewegungsgestaltung (b)

Kompetenzbereiche
(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen, • eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren.	• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben (IF a) • Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen (IF b) • grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen (IF b)	• Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten (IF b) • einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden (IF b)	• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen (IF a) • kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen (IF b)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Erproben, Erlernen und Üben verschiedener Grundbewegungsarten • Entwicklung eines Bewegungsablaufes, z.B. mit Handgerät Seil • Veränderung der Choreografie hinsichtlich verschiedener Bewegungsparameter/ Gestaltungskriterien • Verbesserung der Rhythmisierungsfähigkeit mit einer Ballkür in der Kleingruppe • Raumwege, formen, Zeit und Organisationsformen entwickeln • Erlernen und Erproben der Grundschritte • Basischoreografie entwickeln und anschließend weiterentwickeln • Kriteriengeleitete Choreografie erstellen	• Nachgestalten, Umgestalten und Neugestalten nach Bach/Nickel/Sobczyk Vermittlungsmethode: • Stationsbetrieb, Expertengruppen, Gruppenarbeiten • Spielerisches Ausprobieren der Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik)	Gegenstände: • Hip-Hop Musik • Unterschiedliche Grundschritte Fachbegriffe: • Raum (Raumebene, -richtung und -weg) • Zeit (Synchronität, Bewegungsausführungen) • Organisationsform (Kreis, Block, V, Reihe) • Takt	unterrichtsbegleitend: • Mündliche Mitarbeit • Anstrengungsbereitschaft • Hilfsbereitschaft • Mitarbeit beim Auf- und Abbau • Individuelle Fortschritte beim Erlernen von Zielbewegungen punktuell: • Abschlusskür unter Berücksichtigung der Gestaltungskriterien • Bewegungsqualität und -ausführung

7. Bewegungsfeld: Sportspiele
UV: Badminton

Inhaltsfelder: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a), Leistung (d)

Kompetenzbereiche
(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
- sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten - in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (hier Badminton) grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden	- wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen (IF a) - die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen (IF d)	mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen (IF a)	ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen (IF d)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Schlägerhaltung, Ball- und Schlägergewöhnung • Erproben, Erlernen und Üben verschiedener technischer Grundschläge (Aufschlag, Clear, Drop, Smash) • Einfache Wettkampfs Spiele	• Höhere Aktivität der SuS durch Spiel auf halbem Feld Vermittlungsmethode: • Taktik-Spiel-Modell	Gegenstände: • Badmintonschläger • Badmintonbälle • Grundlegende Regeln Fachbegriffe: • Aufschlag, Clear, Drop, Smash	unterrichtsbegleitend: • Mündliche Mitarbeit • Anstrengungsbereitschaft • Hilfsbereitschaft • Mitarbeit beim Auf- und Abbau • Individuelle Fortschritte beim Erlernen von Zielbewegungen • Mitarbeit beim Aufbau • punktuell: • Techniküberprüfung der Grundschläge

7. Bewegungsfeld: Sportspiele
UV: Unihockey

Inhaltsfelder: Kooperation und Konkurrenz (e)

Kompetenzbereiche
(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungs-kompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
- sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten - in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden.	Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen	in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren	sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Schläger- und Ballgewöhnung • Erproben, Erlernen und Üben verschiedener Grundtechniken (Passen, Ballannahme, Dribbling, Torschuss) • Verhalten im Spiel/ Schulung des Zusammenspiels • Einfache Wettkampfs Spiele	• Kleinspielfelder für eine höhere SuS-Aktivität • Grundregeln festlegen, um Verletzungsrisiko z.B. durch Stockeinsatz zu minimieren Vermittlungsmethode: • Taktik-Spiel-Modell	Gegenstände: • Unihockeyschläger • Hockeybälle	unterrichtsbegleitend: • Mündliche Mitarbeit • Anstrengungsbereitschaft • Hilfsbereitschaft • Mitarbeit beim Auf- und Abbau • Individuelle Fortschritte beim Erlernen von Zielbewegungen punktuell: • Technikabnahme (Parcour durchlaufen), • Technik und grundlegende taktische Elemente im Spiel

8. Bewegungsfeld: Gleiten, Rollen, Fahren
UV: Waveboard

Inhaltsfelder: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) & Wagnis und Verantwortung (c)

Kompetenzbereiche
 (Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
- sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät kontrolliert fortbewegen, gezielt die Richtung ändern sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen - grundlegende, gerätspezifische Anforderungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter bewegungsökonomischen oder gestalterischen Aspekten sicherheitsbewusst bewältigen.	- unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben (IF a) - die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben (IF c)	einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (IF a)	einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen (IF c)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Diagnose des Leistungsstands und Gleichgewichtsaufgaben • Schulung der koordinativen Fähigkeiten • Hilfestellung anwenden, Aufsteigen und mit Unterstützung durch den Partner mit dem Waveboard rollen • Sicheres Fallen • Sicheres anhalten • Fortbewegung/ Gleiten vorwärts • Herausfinden des führenden Beins • Kurvenfahren mit Kantenbelastung • Mit den Schülerinnen und Schülern die jeweiligen Fahrgeschwindigkeiten bestimmen und erproben	• Regeln, um das Verletzungsrisiko zu minimieren • Schülerhelfer Prinzip • Stationenlernen Vermittlungsmethode: • Induktives Lernen	Gegenstände: • Waveboards • Schutzausrüstung	unterrichtsbegleitend: • Mündliche Mitarbeit • Anstrengungsbereitschaft • Hilfsbereitschaft • Mitarbeit beim Auf- und Abbau • Individuelle Fortschritte beim Erlernen von Zielbewegungen punktuell: • Einen vorgegebenen Parcours mit dem Waveboard, in einer angemessenen Geschwindigkeit, abfahren können.

2.2.3. Unterrichtsvorhaben in Jahrgangsstufe 7

2. Bewegungsfeld: Spielen entdecken UV: Bekannte Spiele weiterentwickeln			
Inhaltsfelder: Kooperation und Konkurrenz (e)			
Kompetenzbereiche (Die Schülerinnen und Schüler können...)			
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz • lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen • eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen	Sachkompetenz • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern	Methodenkompetenz • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden	Urteilskompetenz • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Zombieball und Völkerball-Variationen • Spiele kriteriengeleitet entwickeln, variieren, anpassen, verbessern • Spiele aus anderen Kulturen kennenlernen, erproben und üben (Lacrosse, Rugby) • Schulung von Spiel- und Sozialverhalten, Reflexionsfähigkeit und Fairness	Vermittlungsmethode: • Genetische Spielvermittlung	Gegenstände: • Sportartspezifische Spielgegenstände Fachbegriffe: • Kooperation • Fairness • Reflexionsfähigkeit • Sportartspezifische Fachbegriffe	unterrichtsbegleitend: • Sonstige Mitarbeit (s. Leistungskonzept) punktuell: • Kriteriengeleitet ein Spiel verändern/ entwerfen. • Ein eigenes Spiel präsentieren. Der Klasse die Regeln erklären und dieses Spiel gemeinsam spielen.

3. Bewegungsfeld: Laufen, Springen, Werfen
UV: Leichtathletik - Hürden, Sprints und Sprung

Inhaltsfelder: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) & Leistung (d)

Kompetenzbereiche

(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen • eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoßen, Hochsprung) in der Grobform ausführen • einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen • alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen	• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern (IF a) • grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben (IF d) • koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen (IF d)	• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden (IF a) • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen (IF a) • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden (IF a)	• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen (IF a) • den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen (IF a) • den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten (IF a)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Staffelläufe • Hürdenlauf • Sprint (Tiefstart) • Weitsprung (Hocksprung) • Coopertest	• Bananenkisten als Angstab- bau vor Hürden • Experimentieren mit unter- schiedlichen Hindernissen und Abständen • unterschiedliche Sprung- Überlauf-Erfahrungen ermögli- chen • unterschiedliche Rhythmisie- rungsangebote Vermittlungsmethode: • Zergliederungsmethode • Induktives Lernen	Gegenstände: • Sprunganlagen • Startblöcke • Hürden • Bananenkisten • Coopertest Fachbegriffe: • Startkommando • Fehlstart • Tiefstart • Startblock • 3er Rhythmus • Hürdenschritt • Coopertest • Ausdauer	unterrichtsbegleitend: • sonstige Mitarbeit (siehe Leis- tungskonzept) punktuell: • u.a. Verbesserung der Bewe- gungsausführung (für Details: siehe Leistungskonzept) • Coopertest: adressatenge- rechte Tabelle

5. Bewegungsfeld: Bewegen an Geräten
UV: Normgebundenes Turnen an Geräten

Inhaltsfelder: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) & Bewegungsgestaltung (b)

Kompetenzbereiche

(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen	• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben (IF a) • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern (IF a) • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen (IF b)	• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden (IF a)	• den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten (IF a) • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen (IF a)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Boden • Kasten • Schwebebalken • Reck • Ringe	• Umgang mit Geräten üben und vertiefen • Sicherheit an den Geräten • Hilfestellung geben • Eigenständiges Auf- und Abbauen Vermittlungsmethode: • Deduktives Lernen	Gegenstände: • Matten • Kasten • Schwebebalken • Reck • Ringe Fachbegriffe: • Schwingen • Balancieren • Überschlagen • Sprungrolle, Handstand, Rückwärtsrolle Radschlag • Sicherheitsaspekte	unterrichtsbegleitend: • Mündliche Mitarbeit • Anstrengungsbereitschaft • Hilfsbereitschaft • Mitarbeit beim Auf- und Abbau • Individuelle Fortschritte beim Erlernen von Zielbewegungen • Anwendung der Helfergriffe punktuell: • Bewegungsqualität und -ausführung • Qualität des kriteriengeleiteten Feedback • einfache turnerische Vorführungen nach vorgegebenen Kriterien (z.B. Schwierigkeitsgrad, Bewegungsausführung, etc. bewerten).

6. Bewegungsfeld: Gestalten, Tanzen, Darstellen
UV: Ropeskipping

Inhaltsfelder: Bewegungsgestaltung (b)

Kompetenzbereiche

(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Hip-Hop, Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren

Sachkompetenz

- ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen
- das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben

Methodenkompetenz

- unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe – nutzen
- Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten
- kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden

Urteilskompetenz

- die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen
- gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Grundsprünge • Gestaltungskriterien (Raumwege, -formen, Zeit- und Organisationsformen) • Gestaltung und Präsentation einer Kür	Vermittlungsmethode: • Induktives Lernen	Gegenstände: • Skipping Ropes Fachbegriffe: • Raum (Raumebene, -richtung und -weg) • Zeit (Synchronität, Bewegungsausführungen) • Organisationsformen (Kreis, Block, V, Reihe...) • Takt	unterrichtsbegleitend: • Sonstige Mitarbeit (siehe Leistungskonzept) punktuell: • Abschlusskür unter Berücksichtigung der Gestaltungskriterien • Bewegungsqualität und -ausführung

7. Bewegungsfeld: Sportspiele
UV: Hockey

Inhaltsfelder: Kooperation und Konkurrenz (e)

Kompetenzbereiche
(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden	• sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden	• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen	• das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Schlägerhaltung • Vorhand-Schiebepass • Rückhand-Schiebepass • Ballannahme (Vorhand/Rückhand) • Dribbling • Technik (Schlägerhaltung, Vorhand-schiebe-pass, Ballannahme, Dribbling)	• Bei Platzmangel die Halle halbieren/dritteln und quer spielen lassen. Spielerzahl auf den Kleinfeldern reduzieren: viele Ballkontakte ermöglichen • Durch Anpassungen Komplexität einzelner Spielübungen reduzieren Vermittlungsmethode: • Taktik-Spiel-Modell	Gegenstände: • Holzhockey-Schläger Fachbegriffe: • Vorhand-, Rückhand-Schiebepass	unterrichtsbegleitend: • Sonstige Mitarbeit (siehe Leistungskonzept) punktuell: • u.a. Ballführung und Spielfähigkeit

7. Bewegungsfeld: Sportspiele
UV: Fußball

Inhaltsfelder: Kooperation und Konkurrenz (e)

Kompetenzbereiche
(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden	• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern	• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen	• das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegenüber, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungs-bewertung
• Technik (Ballführung, Ballkontrolle, Schuss, Dribbling) • Taktik (Zweikampf, Doppelpass, Laufwege)	• Spielerzahl reduzieren, viele Ballkontakte ermöglichen • Tormöglichkeiten erleichtern • Vereinsspieler/besonders gute Fußballspieler als Schüler-Trainer einsetzen Vermittlungsmethode: • Taktik-Spiel-Modell	Fachbegriffe: • Innenseite • Übersteiger	unterrichtsbegleitend: • Sonstige Mitarbeit (siehe Leistungskonzept) punktuell: • Dribbeln, Ballführung Techniküberprüfung • Abspiel-/ Anspielverhalten im Spiel

2.3.4 Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 8

1. Bewegungsfeld: Körper und Bewegung UV: Fitness verbessern – aber wie? Konditionelle Belastungen erfahren und reflektieren			
Inhaltsfelder: Leistung (d) & Gesundheit (f)			
Kompetenzbereiche (Die Schülerinnen und Schüler können...)			
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz - sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen, - ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen,	Sachkompetenz - grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben (IF d) - ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern (IF d) - Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben (IF f)	Methodenkompetenz - einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen (IF d) - Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren (IF f)	Urteilskompetenz - die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen (IF d) - gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen (IF f)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• versch. Dimensionen von Fitness erfahren • Fitnesstest/Selbstdiagnose durchführen und auswerten • Erprobung und kritische Reflexion von Fitnesstrends und Körperidealen • Merkmale gesundheitsgerechter Kräftigungsübungen kennenlernen und erläutern • einen Fitnesszirkel selbst entwickeln • einen Trainingsplan kriteriengeleitet entwickeln und evaluieren	• Stationenlernen • Kleingruppen • Bewegungskarten	Gegenstände: • Fitnesstests-, Diagnosen • Fitnesstrends, Körperideale • Trainingspläne • Kräftigungsübungen mit dem eigenen Körpergewicht sowie mit zusätzlichem Material • Dehnübungen Erstellung eines Trainingsplans Fachbegriffe: • Stationenlernen Selbstdiagnosebogen Check-/Könnensliste muskuläre Dysbalancen • Belastungsnormativen • konditionelle Fähigkeiten: Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination	unterrichtsbegleitend: • Sonstige Mitarbeit (siehe Leistungskonzept) punktuell: • Fitness-/Krafttest unter Berücksichtigung der individuellen Verbesserung (Anfangsdiagnose vs. Abschlussdiagnose) • Entwicklung von Fitnessübungen und deren Beurteilung anhand ausgewählter Kriterien: z.B. Funktionalität • gesundheitlicher Aspekt

2. Bewegungsfeld: Spielen entdecken

UV: Ein weiteres Endzonenspiel kennenlernen am Beispiel "Ultimate Frisbee"

Inhaltsfelder: Kooperation und Konkurrenz (e)

Kompetenzbereiche

(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen • eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen.	• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern	• in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen	• das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Scheibengewöhnung • Fangen der Frisbeescheibe (insbesondere Sandwich-Catch) im Stand und in der Bewegung • Erproben verschiedener Würfe Rückhandwurf (Schwerpunkt) Vorhandwurf (*optional) Kurvenwurf (optional) • Grundlegende Regeln • Verteidigung (z.B. Manndeckung) • Spirit of the game – Regelkunde • Positionen und Spielsituationen 3:3; 4:4; 5:5	• Übungsreihen • Spielreihen • Gruppenarbeiten Vermittlungsmethode: • Genetisches Lernen	Gegenstände: Fachbegriffe: • Vorhand • Rückhand • Sandwich-Catch	unterrichtsbegleitend: • Sonstige Mitarbeit (siehe Leistungskonzept) punktuell: • u.a. Passen (mit der Rückhand) und Fangen • Technik (im Stand auf kurze/weite Entfernung + Give and Go) • Demonstration von ausgewählten Würfeln Spielfähigkeit (Spiel: 4:4 oder 5 vs. 5) (für Details: siehe Leistungskonzept)

3. Bewegungsfeld: Laufen, Springen, Werfen
UV: Leichtathletik – Hochsprung

Inhaltsfelder: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) & Leistung (d)

Kompetenzbereiche

(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• bereits erlernte leichtathletische Disziplinen (hier: Hochsprung) auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeiteniveau ausführen • eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (hier: Hochsprung) in der Grobform ausführen • einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen • alternative leichtathletische Wettbewerbe (hier Relativwettkämpfe, unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen)	• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern (IF a) • koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen (IF d)	• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert anwenden (IF a) <i>IFa; MKR 1.1, 1.2, 1.4, 4.4, 5.3</i>	• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen (IF a) • den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen (IF a) • den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren (IF d)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Angstabbau durch erlebnisorientiertes und behutsames Hinführen und Herantasten an das Springen. • Erproben unterschiedlicher Hochsprungstile von Flop bis Straddle. • Finden des Sprungbeins/Anlaufseite • Sprünge aus unterschiedlichen Winkeln • Geschwindigkeitssteigerung im Anlauf • Durchführung kooperativer Sprungwettkämpfe. • Phasierung des Bewegungsablaufs beim Hochsprung • Absolute Höhe und Weite in Relation zu Körpergröße und Gewicht thematisieren und auf dieser Grundlage einen alternativen Wettkampf entwickeln und abschließend bewerten	• Einsatz von digitalen Medien • Peer-Feedback • Einsatz von Metaphern • Fokus auf Bewegungseffekte • Bewegungsvorstellung bilden Vermittlungsmethode: • Methodische Übungsreihe • Haupt und Hilfsfunktion nach Göhner	Gegenstände: • Sprunganlange • Bewegungskarten • Schnur statt Latte Fachbegriffe: • z.B.: Differenzierungsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Rhythmisierungsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit, Reaktionsfähigkeit, Umstellungsfähigkeit und Gleichgewichtsfähigkeit • Ausgewählte Bewegungsmerkmale nach Meinel/Schnabel (z.B. Bewegungsrhythmus), • Beschleunigung, Impuls, Anlauf, Flugphase, Überquerung, Landung, • Flugkurve	unterrichtsbegleitend: • Sonstige Mitarbeit (siehe Leistungskonzept) punktuell: • u. a. technische Bewegungsausführung und relative/absolute Leistungsbewertung der Sprunghöhe (für Details: siehe Leistungskonzept)

7. Bewegungsfeld: Sportspiele
UV: Volleyball – Spielfähigkeit im Volleyball erwerben

Inhaltsfelder: Kooperation und Konkurrenz (e), Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Kompetenzbereiche
(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren und mannschaftsdienlich spielen • in dem Mannschaftsspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielersituationsorientierten Handlungen anwenden • das Mannschaftsspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern • konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden.	• Die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben, • Für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.	• Grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden, • Analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen, • Unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.	• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen, • Den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen, 28 • Den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
Spielfähigkeit im Volleyball erwerben • Grundtechniken (Pritschen, Baggern, Kommunikation) • Aufschlag von unten • 3:3 Kanada-Variante	Vermittlungsmethode: • Spielgemäßes Konzept	Gegenstände: • Netz, Bälle • Aufschlag von unten technisch richtig durchführen • Einfache „Laufwege“ auf dem Kleinfeld bei der Feldverteidigung und beim Angriff einüben Fachbegriffe: • Kleinfeld • 2:2/3:3 • Baggern • Pritschen	unterrichtsbegleitend: • Sonstige Mitarbeit punktuell: • Taktik im Kleinfeldvolleyball anwenden • Technik isoliert

7. Bewegungsfeld: Sportspiele
UV: Basketball Vertiefung – Gemeinsame Entwicklung von taktischen Verhaltensweisen in sportspielspezifischen (Überzahl-) Spielsituationen

Inhaltsfelder: Kooperation und Konkurrenz (e)

Kompetenzbereiche
(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen, • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (hier Basketball) auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden,	• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern	• einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden	• das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Wiederholung/Festigung der Grundlagen • Individual- und gruppentaktische Angriffsstrategien (I-Cut, V-Cut, „Give and Go“, Block setzen“ und „Abrollen“, Angriffsaufstellung) • Übungen zu den gruppentaktischen Angriffsstrategien zunächst mit passivem, dann halbaktivem, dann aktivem Verteidiger • Umsetzung der Angriffsstrategien erleichtern	• Zonenspiele • Spiele mit Überzahl auswählen, um Erfolgserlebnisse für die Angreifer zu provozieren, z.B. 4-gegen-2 in 3 Zonen • 3-gegen-0 mit Gegenstrom Vermittlungsmethode: • Taktikspiel-Konzept nach Wurzel	Gegenstände: • Taktikbesprechungen und Taktikanalysen mittels Taktiktafel • Videoanalyse • Standbilder o.Ä. durchführen. Fachbegriffe: • Center • (HighPost+LowPost • Aufbauspieler • Flügel • Blocksetzen • I-Cut, V-Cut • „Give and Go“ • Cut and Fill“ • Lücken erkennen, Räume nutzen	unterrichtsbegleitend: Sonstige Mitarbeit (siehe Leistungskonzept) punktuell: • Spielfähigkeit (Spiel: 3 vs. 3 +2) • Verteidiger positionieren sich in der Manndeckung richtig • Angreifer wenden Angriffstaktiken an (I-Cut, V-Cut, „Give and Go“, „Cut&Fill“, Block setzen (und abrollen), etc. • Spielübersicht (freien, besser positionierten • Mitspieler sehen) • Freilaufen/Anbieten • (* evtl. Korbleger (aus dem Laufen) und/oder eingesprungen nach Pass vom Mitspieler)

9. Bewegungsfeld: Ringen und Kämpfen

UV: Wir kämpfen fair mit- und gegeneinander! - Kooperatives Erlernen von Lösungsmöglichkeiten für Zweikampfsituationen am Boden und im Stand

Inhaltsfelder: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) & Kooperation und Konkurrenz (e)

Kompetenzbereiche

(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z. B. Haltegriffe und Befreiungen, Falltechniken und kontrolliertes Werfen) und taktisch- kognitive Fähigkeiten (z. B. Kontern, Kombinieren, Finieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden • in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen	• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern (IF e). • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern (IF a)	• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren (IF e)	• das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen (IF e)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Boden: ○ Prinzipien des Bodenkampfes (z.B. Stützen nehmen) ○ Haltegriffe (z.B. Dreipunkthaltegriff) ○ Befreiungsmanöver • Stand: ○ Fallschule ○ Judorolle vw/rw ○ Judowürfe (z.B. O-Goshi) ○ Kata	• Binnendifferenzierung durch eigenständige Gegner/innenwahl Vermittlungsmethode: • Boden: • Induktiv, struktureller Dreischritt nach Gogoll Stand: • Die Vermittlung von Wurftechniken erfolgt aus Sicherheitsgründen deduktiv	Gegenstände: • Judomatten • Sicherheitserlass Fachbegriffe: • Bodenkampfprinzipien (z.B. Stützen nehmen, Rotationsachsen aufbauen, Belastungspunkte setzen) • Aktionsformen (z.B. Gewichtsverlagerung, Bein-klammer) • Körpergewicht brechen • Körperschwerpunkt • Drehachsen	unterrichtsbegleitend: • Sonstige Mitarbeit (siehe Leistungskonzept) punktuell: • u.a. Demonstration ausgewählter Haltegriffe und Befreiungsmanöver • Regelgeleiteter Bodenkampf (Einsatz von Aktionsformen) • Optional: Demonstration einer Kata (z.B. Bestehend aus zwei Würfen inklusive Fallschule)

2.2.5. Unterrichtsvorhaben in Jahrgangsstufe 9

1. Bewegungsfeld: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen- aerobe Ausdauerfähigkeit UV: Wir laufen lange - 5000m			
Inhaltsfelder: Leistung (d), Gesundheit (f), Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)			
Kompetenzbereiche (Die Schülerinnen und Schüler können...)			
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 30 min, Schwimmen 20 min, Aerobic 30 min, Radfahren 60 min) in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen.	Sachkompetenz - Grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben - Ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern - Koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen.	Methodenkompetenz Einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen, Sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren.	Urteilskompetenz - Die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen, - Den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• 30 min Lauf (Vorbereitung 5000 m in der Q) • MKR: gesundheitsorientiertes Laufen mit Hilfe einer App (z.B. Runtastic/running.coach) analysieren	Vermittlungsmethode: • Ganzheitsmethode	Gegenstände: • Stoppuhr Fachbegriffe: • Laktat • "Laufen ohne zu Schnaufen" • Puls • Intervallläufe • Pulsuhr/App • "Story-Run"	unterrichtsbegleitend: • Puls messen • Intervallläufe • 10-20-30min Läufe punktuell: • Abnahme: 30 Minuten am Stück laufen.

3. Bewegungsfeld: Laufen, Springen, Werfen
UV: Kugelstoßen in Grobform erlernen

Inhaltsfelder: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) & Leistung (d)

Kompetenzbereiche

(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoßen, Hochsprung) in der Grobform ausführen
- einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen

Sachkompetenz

- die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben (IF a)
- für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern (IF a)
- koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen (IF d)

Methodenkompetenz

- grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden (IF a)
- analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen (IF a)
- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden (IF a)

Urteilskompetenz

- Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen (IF a)
- den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen (IF a)
- die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilenden Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren (IF d)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Einführung in die Kugelstoßtechnik mit Verweis auf Bewegungsknotenpunkte und Bewegungsmerkmale • Stoß- und Standtechnik (Einar-mige Frontalstöße mit unterschiedlich beschaffenen Materialien (z.B. Medizinball u.a.) aus unterschiedlichen Positionen (Frontalstellung, Seitstellung) • Körperhaltung • Stütz- und Schwungbein	Vermittlungsmethode: • Haupt und Hilfsfunktion nach Göhner	Gegenstände: • Medizinbälle Fachbegriffe: • Körperschwerpunkt • Kugeln stoßen • Impulsübertragung • Bewegungskoordination zwischen einzelnen Bewegungen • Bewegungskopplung	unterrichtsbegleitend: • Sonstige Mitarbeit (siehe Leistungskonzept) punktuell: • Technikanalyse

5. Bewegungsfeld: Bewegen an Geräten
UV: Le Parkour - Hindernisse kreativ, gewagt und sicher überwinden

Inhaltsfelder: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) & Wagnis und Verantwortung (c)

Kompetenzbereiche
(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren • eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.	• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. • unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern • emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern.	• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung	• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen • den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen • komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden.

		von Angstsituationen) anwenden • Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern.	
--	--	--	--

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Erlernen verschiedener Sprung- und Stütztechniken • dynamisches Überwinden von Hindernissen • Hilfestellung leisten	• Stationenlernen • anforderungsbezogene Differenzierung Vermittlungsmethode: • analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode	Gegenstände: • Kästen, Seile, Matten, Sprossenwände, Reck, Barren; Fachbegriffe: • Le Parkour Definition • Namen verschiedener Moves: z.B.: Rolle, Frog, Präzi, Reserve, Dash, Katze, Tic Tac, Gap jump • Bewegungsfluss „flow“	unterrichtsbegleitend: • Die Befolgung der vereinbarten Verhaltensregeln ist für die sichere Gestaltung jeder Stunde unverzichtbar. Daher geht dieser Aspekt über das gesamte Halbjahr in die Leistungsbewertung ein. punktuell: • Zum Abschluss der Reihe in Form einer selbstgestalteten Bewegungsabfolge mit verschiedenen Bewegungsausführungen

6. Bewegungsfeld: Gestalten, Tanzen, Darstellen
UV: BallKoRobics

Inhaltsfelder: Bewegungsgestaltung (b)

Kompetenzbereiche

(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (Ball, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren

Sachkompetenz

- ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen
- das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben.

Methodenkompetenz

- unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe – nutzen
- Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten
- kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden.

Urteilskompetenz

- die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen
- gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
- spezifische Bewegungskombinationen aus dem Bereich Aerobic - verschiede Arm-Ball Kombinationen - Möglichkeiten der Bewegung im und durch den Raum	Vermittlungsmethode: Analytisch-synthetische Methode	Gegenstände: - Verschiedene Bälle, Musikbox Fachbegriffe: - Gestaltungskriterien	unterrichtsbegleitend: - Die Befolgung der vereinbarten Verhaltensregeln ist für die sichere Gestaltung jeder Stunde unverzichtbar. Daher geht dieser Aspekt über das gesamte Halbjahr in die Leistungsbewertung ein. punktuell: - Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic-Schritte in Kombination mit Arm-Ball-Bewegungen.

7. Bewegungsfeld: Sportspiele
UV: Hockey

Inhaltsfelder: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a), Kooperation und Konkurrenz (e)

Kompetenzbereiche

(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen
- in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden
- eine Sportspielvariante (z.B. Beachvolleyball, Streetball, Floorball) oder ein alternatives Mannschafts- oder Partnerspiel (z.B. Korbball, Tchoukball, Baseball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen.

Sachkompetenz

- die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben
- für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfvverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern
- Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.

Methodenkompetenz

- grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden
- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden
- Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren
- einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden

Urteilskompetenz

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

		• in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen.	
--	--	--	--

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Technik (Schlägerhaltung, Vorhandschiebe-pass, Ballannahme, Dribbling) • Taktische Elemente	Vermittlungsmethode: • Spielgemäßes Konzept	Gegenstände: • Holzhockey-Schläger, Hockeybälle Fachbegriffe: • Manndeckung vs. Raumdeckung	unterrichtsbegleitend: • Die Befolgung der vereinbarten Verhaltensregeln ist für die sichere Gestaltung jeder Stunde unverzichtbar. Daher geht dieser Aspekt über das gesamte Halbjahr in die Leistungsbewertung ein. punktuell: • Präsentation der verschiedenen Techniken

7. Bewegungsfeld: Sportspiele
UV: Tchoukball

Inhaltsfelder: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a), Kooperation und Konkurrenz (e)

Kompetenzbereiche

(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und Mannschaftsdienlich spielen • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden • ein Endzonenspiel (z.B. Ultimate Frisbee, Rugby, Flag-Football) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen	• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.	• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und	• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen.

- | | | | |
|---|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• eine Sportspielvariante (z.B. Beachvolleyball, Streetball, Floorball) oder ein alternatives Mannschafts- oder Partnerspiel (z.B. Korbball, Tchoukball, Baseball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen. | | Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. | |
|---|--|--|--|

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
	Vermittlungsmethode: Spielgemäßes Konzept	Gegenstände: • Frames, Handbälle Fachbegriffe: • Frame • Regeln • Fair-Play	unterrichtsbegleitend: • Die Befolgung der vereinbarten Verhaltensregeln ist für die sichere Gestaltung unverzichtbar. Daher geht dieser Aspekt über die gesamte UV in die Leistungsbewertung ein. punktuell: • Praktische Überprüfung der allgemeinen Spielfähigkeit durch kriteriengeleitete Beobachtung (s. Leistungskonzept)

7. Bewegungsfeld: Sportspiele
UV: Badminton

Inhaltsfelder: (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, (d) Leistung, (e) Kooperation und Konkurrenz

Kompetenzbereiche

(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationorientierten Handlungen anwenden • das jeweils ausgewählte große Mannschafts- und Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern • konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden.	• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.	• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und	• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen • den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen. • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen • den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter

• sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen	• grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern • koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen.	Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. • --> MKR: analoge und digital Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen;	Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren.
--	--	---	--

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
Schulung technischer Grundlagen und des Zusammenspiels im Rückschlagspielen Badminton • Gewöhnung an Ball und Schläger • Ball ins Spiel bringen: Aufschlagvariationen • Schulung des Vor- und Rückhandspiels/ • Smash • Einzelspiele • Ausspielen des Gegners	Vermittlungsmethode: • Analytisch-synthetische Methode • Taktikspiel-methode nach Wurzel	Gegenstände: • Badmintonschläger • Federbälle, Netze Fachbegriffe: • Smash • Clear • Drive	unterrichtsbegleitend: • Die Befolgung der vereinbarten Verhaltensregeln ist für die sichere Gestaltung jeder Stunde unverzichtbar. Daher geht dieser Aspekt über das gesamte Halbjahr in die Leistungsbewertung ein. punktuell: • Die verschiedenen Techniken werden abgeprüft • Das Taktische Spiel bewertet

2.2.6. Unterrichtsvorhaben in Jahrgangsstufe 10

1. Bewegungsfeld: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen UV: Mehr Power mit Köpfchen – Wir trainieren am AMG			
Inhaltsfelder: Gesundheit (f), Leistung (d)			
Kompetenzbereiche (Die Schülerinnen und Schüler können...)			
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz - sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen - ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen, - ein gesundes und funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen, - eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 30 min, Schwimmen 20 min, Aerobic 30 min, Radfahren 60 min) in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen.	Sachkompetenz - Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben, - Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern.	Methodenkompetenz - die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten, - Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren.	Urteilskompetenz gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• TRX • Ganzkörpertraining • Bewegungs-/ Partnerkorrekturen • NRW Sport-motorischer Test • Vorbereitung 5000m (ohne Zeitbewertung/ Es zählt das Durchhalten)	• kriteriengeleitet selbstentworfenen Übungen bewerten • den eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet bewerten Vermittlungsmethode: • Deduktive- Ganzheitsmethode bei der Vermittlung der Übungen • Eigenrecherche und selbstständige Erarbeitung von Übungen	Gegenstände: • TRX, Kästen, Matten, Bänke, Gewichte Fachbegriffe: • Gesundheitsorientiertes Fitnesstraining • Dysbalancen: Abschwächung und Verkürzung der Muskulatur • Kontraktion und Entspannung • Trainingsplan: Sätze/ Pausen/ Dauer/ Intensität • Variationen der Übungen • Ganzkörperübungen, Isolierte Übungen • Übungen mit Gewicht, Eigengewichtübungen • Borgskala als Belastungsskala	unterrichtsbegleitend: • Die Befolgung der vereinbarten Verhaltensregeln ist für die sichere Gestaltung unverzichtbar. Daher geht dieser Aspekt über das gesamte Halbjahr in die Leistungsbewertung ein. punktuell: • kriteriengerechte selbstentworfenen Übungen zu speziellen Muskelgruppen • Analyse dysfunktionaler Übungen

2. Bewegungsfeld: Spielen entdecken und Spielräume nutzen
UV: Kennenlernen neuer Spiele mit Regelanpassungen

Inhaltsfelder: Kooperation und Konkurrenz (e)

Kompetenzbereiche
 (Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen, • eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen.	• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern. • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.	• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren, • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden, • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. • Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen.	• die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen • den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen • Spiele, wie Baseball, Rugby, Frisbee, Flag-Football, Tschoukball, etc.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Trendsportarten, z.B. Spikeball • American Football • Regelanpassungen mit den Klassen erarbeiten	• Spielregeln werden erweitert oder abgeändert, so dass sie für die Klasse gut spielbar sind • Neue Spiele werden erlernt und verglichen Vermittlungsmethode: • Spielgemäßes Konzept	Gegenstände: • verschiedene Bälle, Frames, Tore, Parteibänder • Fachbegriffe: • Fair Play • Zone/Frame/Flag • Angriff und Verteidigung	unterrichtsbegleitend: • Die Befolgung der vereinbarten Verhaltensregeln ist für die sichere Gestaltung unverzichtbar. Daher geht dieser Aspekt über die gesamte UV in die Leistungsbewertung ein. • punktuell: • Spezielle Techniken der Sportart werden abgeprüft

6. Bewegungsfeld: Gestalten, Tanzen, Darstellen
UV: Tanz mit mir

Inhaltsfelder: Bewegungsgestaltung (b)

Kompetenzbereiche

(Die Schülerinnen und Schüler können...)

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
- in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) – auch in der Gruppe – anwenden und zielgerichtet variieren
- eine Fitnessgymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien präsentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern.

Sachkompetenz

- ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen
- das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben.

Methodenkompetenz

- unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe – nutzen,
- Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten
- kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden.

Urteilskompetenz

- die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen,
- gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
• Standardtanz: Rumba, ChaCha, Discofox oder Tanzchoreographie zu Pop-Song entwickeln • tänzerische Bewegungs-gestaltung	Vermittlungsmethode: • Nachgestalten, Umgestalten und Neugestalten nach Bach/Nickel/Sobczyk Vermittlungsmethode: • Stationsbetrieb, Expertengruppen, Gruppenarbeiten • Spielerisches Ausprobieren der Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik)	Gegenstände: • Musikbox und Musik Fachbegriffe: • Gestaltungskriterien: Raum, Zeit, Rhythmus, • Ausführungskriterien (z.B. Ausdruck, Schwierigkeit, Körperspannung)	unterrichtsbegleitend: • sonstige Mitarbeit punktuell: • Abschlusskür demonstrieren

7. Bewegungsfeld: Sportspiele

UV: „Vom Kleinfeldspiel zum Zielspiel im Basketball“ – Gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten unter Berücksichtigung von Fairness und Fairplay vom 3:3 auf das 5:5 übertragen und so dem Zielspiel ein Stück näher kommen.

Inhaltsfelder: Kooperation und Konkurrenz (e)

Kompetenzbereiche

(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden	• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern • konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden	• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren	• das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
Spielfähigkeit im Basketball erweitern, üben und ihre Anwendung im Spiel verbessern • Vor- und Nachteile der unterschiedlichen Verteidigungsformen kennenlernen • individuelles taktisches Verhalten in der Verteidigung und im Angriff verbessern • Vom Spiel 3:3 zum Spiel 5:5	Vermittlungsmethode: • Spielgemäßes Konzept	Gegenstände: Fachbegriffe: • Zonendeckung • Blockdeckung • Manndeckung • Finten, Blocken • Rebound • Schnellangriff („Fast break“) vs Positionsangriff („Set play“) • Zeitregel	unterrichtsbegleitend: punktuell: • Bronze Spielabzeichen silber (BBV)

7. Bewegungsfeld: Sportspiele

UV: Volleyball – Spielfähigkeit im Volleyball erweitern, üben und ihre Anwendung im Spiel verbessern

Inhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Kompetenzbereiche

(Die Schülerinnen und Schüler können...)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
• sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren und mannschaftsdienlich spielen • in dem Mannschaftsspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden • das Mannschaftsspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern • konstitutive, strategische und moralische Regeln	• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren beschreiben	• Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen • selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen, • in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren	• die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen • den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen bewerten

grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln be- nennen und Regelveränderun- gen gezielt anwenden.			
---	--	--	--

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
Spielfähigkeit im Volleyball erweitern, üben und ihre Anwendung im Spiel verbessern • Wiederholung der Grundtechniken Pritschen, Baggern, Aufschlag von unten • Einführung Angriffsschlag, Aufschlag von oben, Blocken • Vom Spiel 4:4 zum Spiel 6:6 im Quer- und im Großfeld	Vermittlungsmethode: • Spielgemäßes Konzept	Gegenstände: • Aufschlag von oben technisch richtig durchführen • Rotationsregeln und Grundaufstellungen (beim Aufschlag, bei der Annahme) kennen und anwenden • Einfache „Laufwege“ auf dem Großfeld bei der Feldverteidigung und beim Angriff einüben Fachbegriffe: • Kleinfeld • Großfeld • Rotation	unterrichtsbegleitend: • Sonstige Mitarbeit punktuell: • Technik und Taktik im Spiel anwenden

3. Unterrichtsvorhaben und Profilbildung in der Sekundarstufe II

Einführungsphase

Profilierung

In dieser Jahrgangsstufe werden sämtliche Inhaltsbereiche mindestens einmal sowie drei unterschiedliche Bewegungsfelder thematisiert.

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

Anmerkung: In diesem **Beispielprofil** sind die **Bewegungsfelder 1** (Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen), **3** (Lauf, Springen, Werfen – Leichtathletik) **und 7** (Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele) als profilbildend ausgewählt. Die Fachkonferenz entscheidet zudem, dass die bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen des Inhaltsfeldes "d: Leistung" über einen für Alle Schülerinnen und Schüler verpflichtenden 5000m-Lauf abgedeckt wird und dieser auch in der Q-Phase wiederholt wird

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Einführungsphase (EF) 1. Halbjahr
<u>Unterrichtsvorhaben I:</u> Thema: Methoden motorischen Lernens beim Le Parcours erproben und bewerten – unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) erproben und beurteilen; den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen reflektieren und beurteilen BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen Inhaltlicher Kern: Le Parcours Inhaltsfeld: (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, (c) Wagnis und Verantwortung Inhaltlicher Schwerpunkt: Erprobung und Bewertung von Lernwegen Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: • zwei unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. (SK) • unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet entwickeln und anwenden. (MK) • den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen. (UK)

- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK)

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Fit für die 5.000m?! – Die eigene Ausdauer beurteilen und gezielt (auch außerhalb des Unterrichts) trainieren und dokumentieren.

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen

Inhaltsfeld: (d) Leistung, (f) Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt: Trainingsplanung und Organisation, Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens, Vorbereitung auf 5.000m Lauf in der Q1

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern (SK)
- unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern (SK)
- einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch) (MK)
- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK)
- sich selbständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen. (MK)
- die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen. (UK)

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (2:2 sowie 3:3) im Basketball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (Basketball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden (Pick and Roll).
- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen oder unterschiedlicher Zielsetzungen situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (SK)
- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (MK)
- die Bedeutung und Auswirkung von gruppendedynamischen Prozessen, auch aus geschlechtsdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (UK)

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Neue Partner und wechselnde Gegner – Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, „Punkte sammeln“, „Kronen sammeln“, „jeder gegen jeden“, Mannschaftsturnier) im Badminton organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Badminton

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in einem Mannschaftsspiel oder **Partnerspiel** gruppen- und 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.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (SK)
- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (MK)
- die Bedeutung und Auswirkung von gruppendedynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (UK)

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Mehr Power mit Köpfchen! – Einführung, Erprobung und Bewertung unterschiedlicher Krafttrainingsformen und Ziele (Muskelaufbau mittels HIT, Kraftausdauer über Zirkeltraining etc.)

BF/SB: Den Körper Wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: Formen der Fitnessgymnastik, Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- ein Fitnessprogramm ((Step-)Aerobic, Zirkeltraining, Krafttraining) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Kraftausdauer, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren

Inhaltsfeld: f – Gesundheit, d – Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gesundheit, Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f), Trainingsplanung und Organisation (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (SK)
- den eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK)

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Einführung ins Speerwerfen – Eine neu erlernte Wurftechnik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten.

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- eine nicht schwerpunktmäßig in der Sek. I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf)

Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, d – Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gesundheit, Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f), Trainingsplanung und Organisation (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zwei unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehrer beschreiben. (SK)
- unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. (MK)
- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen. (UK)
- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK)

Qualifikationsphase

Profilierung

Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich der Profilbildung sind dabei folgende Grundsätze zu berücksichtigen:

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

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

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergeben sich u.a. folgende **mögliche Kursprofile**, die hier **exemplarisch** dargestellt sind:

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	d- Leistung	e – Kooperation
2	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste	b – Bewegungsgestaltung	f – Gesundheit
3	Bewegen an Geräten – Turnen	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	a- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	d – Leistung

Übersicht eines beispielhaften Kursprofils mit anschließender Konkretisierung

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

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

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

- Mannschaftsspiele (z.B. **Basketball**¹, Fußball, Handball, Hockey, **Volleyball**)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, **Beach-Volleyball**, Flag-Football)

In der **12.2** entsteht ein **Freiraum**, da Sport kein Abiturfach an unserer Schule ist und diese Phase ansonsten zur Vorbereitung hierauf genutzt wird. Der Freiraum wird zur Abdeckung noch offener Inhaltsfelder genutzt oder falls dies nicht mehr notwendig sein sollte zur Thematisierung anderer Bewegungsfelder/Sportbereiche.

Quartale	Laufendes UV	Themen
Q 1.1	UV 1	2 von 4 – Stärken und Schwächen in unterschiedlichen Leichtathletikdisziplinen erkennen – In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen (z.B. 100m, Weitsprung, Hochsprung und Kugelstoßen) erproben, verbessern und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten
	UV 2	Volleyball: Erfolgreich in der Abwehr – Spielgemäße Entwicklung (tactical games approach) von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten oder Basketball: 2:2 – Mit Pick ‘n Roll zum Erfolg – Schulung der taktischen Fähigkeiten, Verbesserung von (Sprung-)Wurf und Korbleger sowie Organisation eines Kleinfeldturniers
	UV 3	BallKoRobics – Volleyball/ Basketball mal anders - Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic-Schritte in Kombination mit Arm-Ball-Bewegungen
Q 1.2	UV 4	Volleyball: Hechtbagger und Japanrolle - voller Einsatz in der Abwehr – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken, um die Feldabwehr zu verbessern oder Basketball: Fintieren – Wie kann ich den Gegner Täuschen? Einführung von Individualtaktik, um den Angriff zu verbessern.

¹ Im Folgenden exemplarisch erläutert.

		Spiele wie die Großen! – Centerbewegungen und -würfe lernen – Einführung von Individualtechniken, um den Korbabschluss zu verbessern.
	UV 5	Ausdauer beispielhaft im Rahmen eines 5.000m Laufes trainieren – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung
	UV 6	Beachvolleyball – Von der Halle in den Sand (z.B. an der Playa Cologne) – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen oder Basketball: Streetball – Vom Paket auf den Asphalt – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen.
Q 2.1	UV 7	Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern (z.B. Speerwurf, Kugelstoßen)
	UV 8	Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung eines Läufer-Systems (z.B. 2:0:4) zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit oder Basketball: Mannschaftstaktik in Angriff und Verteidigung – Early Offense und Mann- vs. Zonenverteidigung, Erprobung und Bewertung Mannschaftstaktiken.
	UV 9	Leichtathletik alternativ – Der Schnellste ist nicht immer der Beste – Entwicklung und Erprobung alternativer (Gruppen-)Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können
Q 2.2	UV 10	Freiraum z.B. Wagnis und Verantwortung beim Salto auf dem Minitrampolin - Erlernen des Saltos sowie der dazugehörigen Hilfestellung und Sicherung, zudem differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiko
	UV 11	Freiraum z.B. Einführung/ Vertiefung von Ultimate Frisbee/ Intercross mittels des Taktikspielmodells oder Vertiefung in Volleyball/ Basketball

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr
<u>Unterrichtsvorhaben I:</u> Thema: 2 von 4 – Stärken und Schwächen in unterschiedlichen Leichtathletikdisziplinen erkennen – In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen (z.B. 100m, Weitsprung, Hochsprung und Kugelstoßen) erproben, verbessern und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: • Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren. Inhaltsfeld: d - Leistung Inhaltlicher Schwerpunkt: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: • Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.
<u>Unterrichtsvorhaben II:</u> Thema: Erfolgreich in der Abwehr – Spielgemäße Entwicklung (tactical games approach) von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktische Spielfähigkeit oder 2:2 – Mit Pick ‘n Roll zum Erfolg – Schulung der taktischen Fähigkeiten, Verbesserung von (Sprung-)Wurf und Korbleger sowie Organisation eines Kleinfeldturniers BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Inhaltlicher Kern: Volleyball bzw. Basketball Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: • in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden. • in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen. Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: **BallKoRobics – Volleyball (Basketball) mal anders** - Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic-Schritte in Kombination mit Arm-Ball-Bewegungen.

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

Inhaltlicher Kern: Aktionsmöglichkeiten aus dem Bereich Gymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV :

Thema: **Hechtbagger und Japanrolle – voller Einsatz in der Abwehr** – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiko, um die Feldabwehr zu verbessern.

oder

Basketball: Fintieren – Wie kann ich den Gegner täuschen? Einführung von Individualtaktik, um den Angriff zu verbessern.

Spiele wie die Großen! – Centerbewegungen und -würfe lernen – Einführung von Individualtechniken, um den Korbabschluss zu verbessern.

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Volleyball bzw. Basketball

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfelder: e – Kooperation und Wettkampf, c – Wagnis und Verantwortung

Inhaltliche Schwerpunkte: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)
Gestaltung von Sport- und Spielgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Ausdauer beispielhaft im Rahmen eines 5.000m Laufes trainieren – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Formen ausdauernden Laufens

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltliche Schwerpunkte: Trainingsplanung und -organisation
Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen und erläutern. (übergreifend)
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. (übergreifend)
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsentwicklung dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio).

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: **Beachvolleyball – Von der Halle in den Sand** – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen

oder

Basketball: Streetball – Vom Paket auf den Asphalt – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen.

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Alternative Spiele und Sportspielvarianten – Beach-Volleyball

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

Inhaltsfeld: f – Gesundheit, d – Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: **Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung** – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern (z.B. Speerwurf, Kugelstoßen)

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen (auch als Mehrkampf) unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren.

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: **Als Mannschaft zum Erfolg** – Kooperative Vermittlung eines Läufer-Systems zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Volleyball

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Unterrichtsvorhaben IX:

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

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe entwickeln, durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

Inhaltsfelder: e – Kooperation und Wettkampf, f - Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte: Fairness und Aggression im Spiel, Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. (e)
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. (f)

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: z.B. Wagnis und Verantwortung beim Salto auf dem Minitrampolin - Erlernen des Saltos sowie der dazugehörigen Hilfestellung und Sicherung, zudem differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiko

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Gerätturnen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: z.B. Einführung/ Vertiefung von Ultimate Frisbee/ Intercross mittels des Taktikspielmodells

oder

Vertiefung in Volleyball/ Basketball

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der

hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.
- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

4. Kriterien der Leistungsbewertung Sekundarstufe I/II

Siehe AMG Leistungskonzept Sport

5. Individuelle Förderung

Es besteht keine zusätzliche Förderstunde im Fach Sport. Jedoch existiert im Differenzierungsbereich der Klasse 9 und 10 das Fach Biologie/ Sport.

5.1 Information Biologie Sport

Differenzierung 9/10 Biologie-Sport

Ziele, Inhalte, Methoden, fachübergreifende Zugänge

Der Schwerpunkt im Differenzierungsfach **Biologie-Sport** liegt zunächst in der Vermittlung sportbiologischer Zusammenhänge und in der Anwendung theoretischer Erkenntnisse in der Sportpraxis. Zunehmend steht dann auch eine kausalanalytische Betrachtungsweise im Vordergrund, wobei in der Biologie die physiologische Betrachtung und im Sport die Trainingslehre Schwerpunkte bilden. So werden die nachfolgend dargestellten Inhalte (Maximalprogramm) im Sinne eines Spiralcurriculums unterrichtet. Mit einem differenzierten Verständnis der Zusammenhänge wird auch deutlich, welche Beiträge der Sport zur Erhaltung der Gesundheit haben kann.

Biologie

Sport

• Skelett, biomechanische Eigenschaften • Muskulatur, Arbeitsweise der Muskulatur, Training, Gelenke, Bänder, Sehnen, Bedeutung für die aufrechte Haltung	• Verbesserung der Beweglichkeit, Programm zur Lockerung, Dehnung und Kräftigung • Fußabdrücke bei unterschiedlicher Belastung, Prophylaxe zu Fußproblemen
• Veränderungen des Haltungsapparates, Haltungsschwächen, Kraft und Hebelsysteme	• Übungen zur Linderung von Haltungsschwächen

	• Prophylaxe von muskulären Dysbalancen • Arbeitswinkel, Belastungserfahrung • Maximalkraftbestimmung
• Nervöse Steuerung der Muskulatur, Sensorik, Motorik, Regelkreis • Bewegungsautomation und hierarchische Verschaltungen • Reflexe • Richtungshören	• Programm zur Verbesserung der Reaktion und Schnelligkeit • Grundzüge der Massage • Erlernen neuer Bewegungsabläufe (Jonglieren) • Übungen zum Ausgleich von Koordinationsstörungen
• Herz-Kreislaufsystem im Zusammenhang mit Sport • Blutdruck (Messungen), Risikofaktor Bluthochdruck	• Ausdauertraining und seine Bedeutung zur Minderung von Kreislauftrisiken • Höhentrainingeffect
• Atmung und Gaswechsel	• Atemtechnik. Erhöhung der Vitalkapazität • Atemökonomie
• Energiestoffwechsel der Muskulatur • Energiebilanzen • Messbarkeit körperlicher Fitness • Ernährung und Übergewicht • Vitamin- und Mineralstoffwechsel • Doping • Drogen (spez. Alkohol, Nikotin) und ihre Wirkung auf den Organismus	• Aerobe- und anaerobe Belastungen • Extensives und intensives Intervalltraining • Bestimmung der Erholungspulssumme • Fairness, Besuch im Fitness-Studio und im Doping-Labor
• Verletzungen (spez. Sportverletzungen) • Akute, chronische und Überbelastungsverletzungen	• „Erste Hilfe“ Kurs als praktische Ausbildung im Rahmen einer Ersthelferausbildung