

GYMNASIUM FRECHEN

FACHSCHAFT SPORT

SCHULINTERNE RICHTLINIEN

Aktualisiert März 2017

INHALTSVERZEICHNIS

	Seiten
Hauptübersicht der Sek-I-Unterrichtsvorhaben geordnet nach Stufen	2 – 6
Lehrplan Sek-I	7 – 92
Lehrplan Sek-II	93 – 117
Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung	118 – 120
Leistung und ihre Bewertung	121 – 123
Entschuldigungsverfahren Sek-II	124
Bewertungstabellen Leichtathletik Stufe 5 bis Q2	125 - 132

Gymnasium der Stadt Frechen

Schulinterner Kompetenz-Lehrplan Sport der Sekundarstufe I

Stand: August 2015

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Stufe 5

Laufende UV-Nr.	Thema	BF	Stunden
1	Ist das anstrengend! – Bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele spielen, Belastungssymptome erkennen und verstehen	1	6
2	Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen – einfache technisch-koordinative Grundformen für eine ästhetisch-gestalterische Präsentation nutzen	6	8
3	Wie ein Fisch im Wasser – Erfahrungen im Wasser sammeln und sicherheits- und gesundheitsbezogene Verhaltensweisen einhalten	4	6
4	Rolle, Handstand, Rad – grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen	5	12
5	Schwimmen lernen – Kraulschwimmen / Rücken(kraul)schwimmen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau	4	8
6	Ballsicherheit im Fußball – Dribbeln, Passen, Stoppen (spielerisch) erlernen und anwenden	7	10
7	Wir machen uns fit für ein Jugendschwimmabzeichen (Bronze, Silber, Gold)	4	16
8	Fairness bei Gruppen-/Partnerkämpfen – Zweikämpfe spielerisch vorbereiten und beim Gegeneinander kooperieren	9	8
9	Akrobatische Kunststücke - eine Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren und bewerten	5	10
10	Besser zu zweit als alleine! – sich beim Basketball (2 gegen 2) mit einem Mitspieler verständigen können	7	10
11	Vorbereitung auf die Abnahme des Deutschen Sportabzeichens – wir trainieren im Sprint, Weitsprung und Wurf	3	10
12	Durchführung des Deutschen Sportabzeichens – Sportfest Stufe 5 „Gold“ = gut / „Silber“ = befriedigend / „Bronze“ = ausreichend (vgl. auch schulinterne Bewertungstabellen für die <u>Einzel</u> disziplinen)	3	6
<i>unterrichts- begleitend</i>	Verpflichtend: Ausdauertraining mit normierter Bewertung: ein „Dauerlauf“ UND ein „12-Minuten-Lauf“ (vgl. schulinterne Bewertungstabellen)		

Stufe 6

Laufende UV-Nr.	Thema	BF	Stunden
13	Gestalten neuer Spielideen mit einem unbekanntem Spielgerät (z.B. Badmintonschläger; Tschouk-Ball-Rahmen)	2	8
14	Springen – Aufhocken, Durchhocken, Landen	5	8
15	Streetball – im Team klug und regelgerecht spielen können	7	10
16	Einfach drauf los? – von wegen! Wir machen unseren Körper sportbereit!	1	6
17	Hip-Hop, Breakdance und Co. – gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen	6	12
18	Vorbereitung auf die Abnahme des Deutschen Sportabzeichens – wir trainieren im Sprint, Weitsprung und Wurf	3	8
19	Durchführung des Deutschen Sportabzeichens – Sportfest Stufe 6 „Gold“ = gut / „Silber“ = befriedigend / „Bronze“ = ausreichend (vgl. auch schulinterne Bewertungstabellen für die <u>Einzel</u> disziplinen)	3	6
<i>unterrichts- begleitend</i>	Verpflichtend: Ausdauertraining mit normierter Bewertung: ein „Dauerlauf“ UND ein „12-Minuten-Lauf“ (vgl. schulinterne Bewertungstabellen)		

Falls SCHWIMMEN in Stufe 6 erteilt wird:
Vergleiche die UV Nr. 3, 5 und 7 (für Klasse 5)

Stufe 7

Laufende UV-Nr.	Thema	BF	Stunden
20	Stützen, Schwingen, Drehen - Felgbewegungen am Reck und Schwingen an den Ringen	5	10
21	Die gegnerischen Spieler überlisten – komplexe Spielsituationen im Basketball wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln	7	10
22	„Fit in Form“ - tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitness-Gymnastik, z.B. Skigymnastik, nutzen	6	12
23	Wir spielen den Ball volley – Grundtechniken des Volleyballspiels erlernen und zunehmend im Spiel 1:1 sowie 2:2 mit- und gegeneinander einsetzen	7	10
24	Vorbereitung auf die Abnahme des Deutschen Sportabzeichens – wir trainieren im Sprint, Weitsprung und Wurf	3	9
25	Durchführung des Deutschen Sportabzeichens – Sportfest Stufe 7 „Gold“ = gut / „Silber“ = befriedigend / „Bronze“ = ausreichend (vgl. auch schulinterne Bewertungstabellen für die <u>Einzel</u> disziplinen)	3	6
<i>unterrichts- begleitend</i>	Verpflichtend: Ausdauertraining mit normierter Bewertung: ein „Dauerlauf“ UND ein „12-Minuten-Lauf“ (vgl. schulinterne Bewertungstabellen)		
„Stufe 7 – SKI“	<i>Einwöchiger Ski-Lehrgang auf der Postalm (Österreich)</i>	8	24

Falls SCHWIMMEN in Stufe 7 erteilt wird:
Vergleiche die UV Nr. 3, 5 und 7 (für Klasse 5)

Stufe 8

Laufende UV-Nr.	Thema	BF	Stunden
26	Sport ist so vielseitig! – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten	1	<i>stufenbegleitend</i>
27	Festhalten und Befreien – Lösungen für (Boden-) Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Kampf nutzen	9	8
28	Wir punkten im Volleyball – Grundtechniken des Volleyballspiels im Spiel 2:2 und 3:3 taktikbezogen einsetzen und verbessern	7	10
29	Gymnastische und tänzerische Übungen und Verbindungen mit einem selbst gewählten Handgerät präsentieren und bewerten	6	12
30	Gegeneinander spielen und gewinnen wollen – das ausgewählte Mannschaftsspiel regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen (Basketball)	7	8
31	Mit Sicherheit stützen, mit Geschick balancieren – Wende und Kehre, Schrittsprung und Schere!	5	12
32	Wir springen hoch – unter Berücksichtigung individueller sprungtechnischer Fähigkeiten die ideale Sprungtechnik herausfinden und anwenden	3	10
33	Mädchen mit Jungs – koedukativ Fußball spielen	7	10
<i>unterrichtsbegleitend</i>	Verpflichtend: Ausdauertraining mit normierter Bewertung: ein „Dauerlauf“ UND ein „12-Minuten-Lauf“ (vgl. schulinterne Bewertungstabellen)		

Falls SCHWIMMEN in Stufe 8 erteilt wird:
Vergleiche die UV Nr. 3, 5 und 7 (für Klasse 5)

Stufe 9

Laufende UV-Nr.	Thema	BF	Stunden
34	Sport ist so vielseitig! – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten oder den Körper nach der Belastung optimal auf die Regeneration einstellen	1	<i>stufenbegleitend</i>
35	Wie fit bin ich? – Was tut mir gut? – Wie werde ich besser? – seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings sowie eine weitere Entspannungstechnik kennenlernen und anwenden	1	<i>stufenbegleitend</i>
36	Das Gestalten neuer Spielideen durch den Austausch des Spielgerätes am Beispiel Basketball – wir entwickeln und erproben neue Spielformen durch den Einsatz eines American Football	2	10
37	Fußball an Stationen – wir entwickeln und organisieren einen Wettkampf	7	12
38	Le Parkour – Hindernisse kreativ, schnell und sicher überwinden	5	10
39	Das Feld verteidigen und Lücken finden – Volleyball regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen	7	10
40	Unbekannte Disziplinen der Leichtathletik erkunden – die Kugel mit grundlegenden technisch-koordinativen Aspekten weit stoßen	3	6
41	Die eigene Ausdauer testen und unter gesundheitsfördernden Aspekten individuell verbessern	3	6
42	<i>fakultativ:</i> Wir planen ein Streetballturnier für die Klasse und erproben es! – ein Turnier sowie die Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten organisieren, erproben und evaluieren	7	6
<i>unterrichtsbegleitend</i>	Verpflichtend: Ausdauertraining mit normierter Bewertung: ein „Dauerlauf“ UND ein „12-Minuten-Lauf“ (vgl. schulinterne Bewertungstabellen)		

Thema des UV (BF 1.1): Ist das anstrengend! – Bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele spielen, Belastungssymptome erkennen und verstehen!

Kompetenzerwartungen: Angabe der Kurzform: 6 BWK , 6 MK, 6 UK

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

...in sportbezogenen Anforderungssituationen psycho-physische Leistungsfähigkeit (z. B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen nachweisen und grundlegend beschreiben. (2)

Methodenkompetenz :

... lernen den Indikator „Puls“ zur Messung der Belastungsintensität kennen und wenden diesen an. (keine Zuordnung)

Urteilskompetenz:

...ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien ansatzweise - auch mit Blick auf Eigenverantwortung - beurteilen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*
- *Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)*

Leistung (d)

- *Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (1)*

Gesundheit (f)

- *Grundsätzliche Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitlichen Auswirkungen des Sporttreibens*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 1)

Thema des UV (BF1.1): Ist das anstrengend! – Bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele spielen, Belastungssymptome erkennen und verstehen! (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Belastungssymptome erkennen und beschreiben (Körpertemperatur, Atemfrequenz, Schweißbildung, Konzentrationsfähigkeit, Gesichtsfärbung, Herzschlag...) • Indikator Pulsmessung erarbeiten. • Bewegung mit „Leistung“ in Verbindung setzen. 	<ul style="list-style-type: none"> • 1.-2. Std. Spiele spielen und die körperlichen Auswirkungen reflektieren. • 3.-4. Std. Spiele unter veränderten Bedingungen spielen und die Auswirkungen reflektieren (mit Rucksack, nur durch einen Strohhalm atmen, etc.) • Hypothesen formulieren lassen • 5.-6. Std. Spiele spielen mit anschließender Pulsmessung bei sich und bei anderen. <p>Möglichkeit zum fachübergreifenden Unterrichten mit Biologie</p>	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele, Staffeln <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körpertemperatur • Atemfrequenz • Atemvolumen • Puls 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beiträge in den Reflexionsphasen • Beurteilungen der Spiel- und Übungsformen • Selbst- und Fremdbeobachtungen in sportlichen Handlungssituationen <p>punktuell:</p> <p>Beobachungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mündliche Beiträge zur Reflexion und Erarbeitung der Kriterien • Puls-Messung

Bewegungsfeld/Sportbereich: 1.2	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>A/F</i>	6	<i>6</i>		16

Thema des UV (BF 1.2): Einfach drauf los? – Von wegen! Wir machen unseren Körper sportbereit!

Kompetenzerwartungen: Angabe der Kurzform: 6 BWK , 6 MK 1.1, 6 UK

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

...sich sachgerecht aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen und steuern. (1)

... eine grundlegende Entspannungstechnik (z.B. Phantasiereise) angeleitet ausführen sowie den Aufbau u die Funktion beschreiben. (3)

Methodenkompetenz:

...allgemeine Aufwärmprinzipien allein und in der Gruppe anwenden. (1)

... lernen Indikatoren zur Messung von Körperfunktionen kennen und wenden diese an. (keine Zuordnung)

Urteilskompetenz:

...ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien ansatzweise – auch mit Blick auf Eigenverantwortung – beurteilen. (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

A Bewegungsstruktur und Bewegungslernen 1: Wahrnehmung und Körpererfahrung

F Gesundheit 1: Unfall- und Verletzungsprophylaxe

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 1)

Thema des UV (BF 1.2): „Einfach drauf los? – Von wegen! Wir machen unseren Körper sportbereit!“ (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erstellung von Kriterien für ein sachgerechtes Aufwärmen: (Antizipiert: hohe aber nicht zu hohe Aktivität, wenig Unterbrechungen, alle beteiligt, im Verlauf anstrengender...) • Aufzeigen von Möglichkeiten zur Messung der Körperfunktionen • Erproben verschiedener Möglichkeiten zum „Aufwärmen“ • Abgleich mit den Selbsterstellten Kriterien. • Gegenüberstellung „Vor“ dem Sport und „Nach“ dem Sport \diamond Konsequenzen erarbeiten. 	<ul style="list-style-type: none"> • 1.-2. Std. Klasse erprobt verschiedene Spiel- und Übungsformen \diamond Reflexion im Anschluss (geeignet? Ja, weil..., Nein, weil...) • 3.-4. Std. Gruppen erproben verschiedene Möglichkeiten des Aufwärmens im Stationsdurchlauf. (Spielformen und Laufformen) \diamond Reflexion: Jede Gruppe stellt eine Station vor. • 5.-6. Std. Aufwärmen durch Lehrer geleitet \diamond Reflexion Vorstellen von Entspannungsmöglichkeiten NACH der Belastung (Phantasiereise, progressive Muskelentspannung (Jacobsen)) 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele, Staffeln, Lauf-ABC • Laufen in unterschiedlichen Organisationsformen • Entspannung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körpertemperatur • Herz-Kreislauf-System • Intensität • Leistung • Verletzungsprophylaxe 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beiträge in den Reflexionsphasen • Beurteilungen der Spiel- und Übungsformen • Selbst- und Fremdbeobachtungen in sportlichen Handlungssituationen <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mündliche Beiträge zur Reflexion und Erarbeitung der Kriterien • Puls-Messung

Bewegungsfeld/Sportbereich: 1.3	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>A/D/F</i>	8	<i>stufen- begleitend (!)</i>		26

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

Kompetenzerwartungen: Angabe der Kurzform: 9 BWK , 9 MK, 9 UK

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen (1)

Methodenkompetenz (MK)

- einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten (1)
- grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen (2)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*

- *Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)*

Leistung (d)

- *Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (1)*

Gesundheit (f)

- *Grundsätzliche Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitlichen Auswirkungen des Sporttreibens*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 1)

Thema des UV (BF1.3): „Sport ist so vielseitig! – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten“

<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erstellung und Anleitung eines Aufwärmprogramms nach festgelegten Kriterien 	<ul style="list-style-type: none"> • SchülerInnen gesteuertes, selbstständig erarbeitetes Aufwärmen. • Steuerung erfolgt mit Hilfe eines Arbeitsblatts (s. Anhang) • Über den Verlauf des Schuljahres muss jeder Schüler einmal das Aufwärmen geleitet haben. 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufwärmprogramme in vielfältigen Variationen 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bereitschaft zur Teilnahme an den Programmen der MitschülerInnen • Beurteilungen der Programme <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität des Aufwärmkonzepts (hinsichtlich praktischer Aspekte und schriftlicher Ausführung) • Qualität der Leitung des Programms • Beurteilung der MitschülerInnen
--	--	---	---

Thema des UV (BF 1.4): Sport ist so vielseitig! – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten oder den Körper nach der Belastung optimal auf die Regeneration einstellen.

Kompetenzerwartungen: Angabe der Kurzform: 9 BWK , 9 MK, 9 UK

Bewegungsfeld/Sportbereich: 1.4	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	A/D/F	9	stufenbegleitend (!)		34

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen u. entsprechnende Prozesse funktionsgerecht planen (1)

Methodenkompetenz (MK)

- einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten (1)
- einen Entspannungsprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten. (nicht vorgegeben)
- grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen (2)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)

Leistung (d)

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (1)

Gesundheit (f)

- Grundsätzliche Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitlichen Auswirkungen des Sporttreibens

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 1)

Thema des UV (BF 1.4): „Sport ist so vielseitig! – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten“

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erstellung und Anleitung eines Aufwärmprogramms nach erweiterten festgelegten Kriterien 	<ul style="list-style-type: none"> • SchülerInnen gesteuertes, selbstständig erarbeitetes Aufwärmen/Abwärmen • Steuerung erfolgt mit Hilfe eines Arbeitsblatts (s. Anhang) • Über den Verlauf des Schuljahres muss jeder Schüler einmal das Aufwärmen oder Abwärmen geleitet haben. 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufwärmprogramme in vielfältigen Variationen • Entspannungsprogramme in vielfältigen Variationen 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bereitschaft zur Teilnahme an den Programmen der MitschülerInnen • Beurteilungen der Programme <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität des Aufwärmkonzepts (hinsichtlich praktischer Aspekte und schriftlicher Ausführung) • Qualität der Leitung des Programms • Beurteilung der MitschülerInnen

Bewegungsfeld/Sportbereich: 1.5	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.- Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	A/D/F	9	<u>stufenbegleitend (1)</u>		35

BF 1.5: Wie fit bin ich? – Was tut mir gut? – Wie werde ich besser? – seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings sowie eine weitere Entspannungstechnik kennen und anwenden

Kompetenzerwartungen: *BWK 2, BWK 3, MK 1, MK 2, UK 1, UK 2*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen – auch unter Druckbedingungen – zeigen (2)
- eine komplexere Entspannungstechnik (z. B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion u. Aufbau beschreiben (3)

Methodenkompetenz (MK)

- einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten (1)
- grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen (2)

Urteilskompetenz (UK)

- ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen (1)
- gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen (2)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte a 1, a 2, d 1, d 2, f 2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)

Leistung (d)

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (1)
- Methoden zur Leistungssteigerung (2)

Gesundheit (f)

- grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 1)

Thema des UV (BF1.5): „Wie fit bin ich? – Was tut mir gut? – Wie werde ich besser? – seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings kennen und anwenden“

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vorstellen von unterschiedlichen, gängigen Fitnesstests aus dem Ausdauer und Kraftbereich • Zuordnung der Tests zu den unterschiedlichen leistungslimitierenden Faktoren (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Schnelligkeit, Koordination) • Erarbeiten des Trainingsprinzips von Belastung und Anpassung • Erarbeiten von allgemeinen Testkriterien und Möglichkeiten diese zu variieren • Erarbeiten von Kriterien für einen guten Test und ein gutes Fitnessprogramm • Erstellung eines individuellen Fitnessprogramms • Erstellen eines allgemeinen Fitnessprogramms 	<ul style="list-style-type: none"> • Lehrerzentriertes Vorgehen und Vorstellen der verschiedenen gängigen Tests • Gruppen erstellen eigene Fitnesstests und stellen sich diese gegenseitig vor • Steuerung über Arbeitsblätter 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cooper-Test, Bleep-Test (Ausdauer) • Jump & Reach (Sprungkraft) • Krafttests (Wandsitz, Klimmzüge, ...) • Koordinationstests • Beweglichkeitstests (gymnastische Übungen) • Aspekte des persönlichen Wohlbefindens und Gesundheit herausarbeiten. <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kraft • Ausdauer • Beweglichkeit • Schnelligkeit • Koordination • Anpassung • Belastung • Physiologie • Trainingsprinzip 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bereitschaft zur Teilnahme an den unterschiedlichen Programmen • Beiträge zu den Theorieanteilen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kurzer schriftlicher Test? <p>Beobachungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität des selbst erstellten Programms • Qualität des in der Gruppe erstellten Programms



Aufwärmen - Beobachtungsbogen -

Name und Datum: _____

Aufwärmprogramm von: _____

Aktivität			
Ich war viel in Bewegung.			
Es hat mir Spaß gemacht.			
Alle konnten sich gleichermaßen beteiligen.			
Organisation			
Alle Anweisungen waren durchdacht und gut erklärt.			
Es wurde laut und deutlich gesprochen.			
Alle Spielformen waren komplett neu.			
Ein übersichtliches schriftliches Konzept wurde vorgelegt (vom Lehrer vorgegeben).			
Es hat mit Auf- und Abbau nicht länger als 15 Minuten gedauert (vom Lehrer vorgegeben).			
Anmerkungen:			

„Aufwärmen – Beobachtungsbogen“ (Bewegungsfeld 1)

Vgl. hierzu auch die Unterrichtsvorhaben (UV):

- UV Nr. 26 – Klasse 8 und
- UV Nr. 34 – Klasse 9

Konzept:

Das Aufwärmen wird generell von Schülern geleitet, hierzu sollte im Vorfeld eine kurze Unterrichtsreihe durchgeführt werden. Die Kategorien des Bewertungsbogens geben die Struktur des Aufwärmens jeweils vor.

Vorteile:

Alle Kompetenzbereiche der Lernenden werden durch das hohe Maß an selbstständigem Arbeiten angesprochen.

Das Konzept bietet transparente Anhaltspunkte zur Leistungsbewertung.

Die Planung des Aufwärmens für den Lehrer entfällt.

Stufenspezifische Anpassung der Kategorien möglich.

Auswertung:

- Jeweils 6 Lernende füllen nach dem Aufwärmen diesen Bogen aus.
- Während der reguläre Unterricht beginnt, werten die passiven Schüler diesen aus (Tafel).
- ☺ = 3 Punkte; ☹ = 1 Punkt; ☹ = 0 Punkte
- Die Auswertung wird im Stundenverlauf präsentiert und vom Lehrer gesammelt, so dass für das Schuljahr ein Ranking erstellt und ein kleiner Wettbewerb ausgetragen werden kann: Wer erreicht die höchste Punktzahl, mithin das beste Aufwärmprogramm?

Vertiefte Beobachtungsverfahren für Passive (etwa ab Klasse 7):

Erstellung eines Graphens zur Messung der Bewegungsintensität und Dichte. Bsp: Der Passive zählt alle 2 Min, wie viele Lernende sich gerade in Bewegung (oder nicht in Bewegung) befinden und überträgt dies in eine Grafik mit x/y-Achsen. Somit kann ein Bewegungsprofil des Aufwärmens vorgestellt werden.

Bewegungsfeld/Sportbereich 2.1:	Päd. Perspektive leitend / ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
„Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen“	E/A	6	8		13

**Thema des UV (BF 2.1): Gestalten neuer Spielideen mit einem unbekanntem Spielgerät (z.B. Badmintonschläger):
Tschouk-Ball-Rahmen)**

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Die SuS können grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten, die sich im Zusammenhang mit dem neuen Spielgerät und der neuen Spielidee ergeben, und taktisch-kognitive Fähigkeiten in den von den SuS selbst entwickelten kleinen Spielen situationsgerecht anwenden. (BWK 2.1)
- Die SuS können sich in Handlungssituationen, die sich im Rahmen des selbstständig entwickelten Spieles ergeben können, über die Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Mitspieler bzw. Gegenspieler gemäß der neuen Spielidee taktisch angemessen verhalten. (BWK 2.2)
- Die SuS können kleine Spiele gemäß ihrer Spielideen und Spielregeln selbstständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen (z. B. Raum, Spielfeld, Ziel, Spieleranzahl usw.) anpassen, übertragen und verändern. (BWK 2.2)

Methodenkompetenz:

- Die SuS können basierend eines zur Verfügung gestellten Materialpools selbstständig neue Spiel- und Übungsformen entwickeln und beispielsweise mithilfe grafischer Darstellungen erklären.
- Die SuS können sich in Kooperation mit anderen SuS auf Regeln, die die praktische Umsetzung der entwickelten Spielidee ermöglichen, einigen.
- Die SuS können einen sicheren Aufbau der zur Verfügung gestellten bzw. für die Spielidee benötigten Gerätschaften gewährleisten und auch Verantwortungsbewusst mit diesen umgehen.

Urteilskompetenz:

- Die SuS können die entwickelten Spiel- und Übungsformen anhand eigens erstellter Kriterien reflektieren.
- Die SuS können einen sicheren Geräteaufbau erkennen und durchführen.
- Die SuS können die unterschiedlichen Leistungsniveaus der Lerngruppe erkennen bzw. einschätzen und der Spielidee anpassen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte

Angabe des 1. Inhaltsfeldes (a - f)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung
- Leistung und Leistungsverständnis
- Kooperations- und Konkurrenzverhalten

Thema des UV (BF 2.1): „Gestalten neuer Spielideen mit einem unbekanntem Spielgerät“ (8 Stunden)			
Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielregeln für ein gemeinsames Spiel unter der Berücksichtigung des unbekanntem Spielgeräts entwickeln, ausprobieren und wieder verwerfen. • Verschiedene Übungs- und Spielformen entwickeln und ausprobieren. • Kriterienkatalog zu Spielregeln, Fairplay, möglich Wurftechniken, Ballannahme, Spielvariationen etc. erstellen. • Gegebenenfalls Schulung im verantwortungsvollen und sicherheitsbewussten Umgang mit entsprechenden Gerätschaften. <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kriterien geleitete Reflexion der Unterrichtsinhalte 	<ul style="list-style-type: none"> • Anwendung der selbstentwickelten Spielregeln • Erproben der neuen Spielidee im Rahmen des selbst entwickelten Regelwerks • Verändern bzw. Verbessern der Regeln im Sinne der Förderung des allgemeinen Spielverständnisses • Stationenlernen, bei dem die von den SuS selbst erarbeiteten Übungsformen, die sich beispielsweise auf den Umgang mit dem unbekanntem Gerät beziehen, durchgeführt werden können. • Indem die SuS Spielregeln entwickeln, anwenden und das Spiel innerhalb dieser erproben, bauen sie ihre neu gewonnen Erkenntnisse aus und entwickeln sie weiter. <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spieleentwicklung, Kooperatives Lernen, Regelkunde, Stationenlernen, Sozialformen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene selbstentwickelte Übungsformen, die sich sowohl auf den technischen Umgang mit dem unbekanntem Gerät als auch auf taktisches Verhalten im Rahmen der Spielidee beziehen • Verschiedene selbstentwickelte kleine Spielformen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spiel- und Übungsformen • Kooperation • Sozialformen 	<p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> • prozessorientiert • Sachkompetenz • Sozialkompetenz <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sonstige Mitarbeit (mündliche Beiträge, kognitive Phasen, Kreativität, Kooperation) • Leistungsbereitschaft • Übernahme von Organisation und Verantwortung • Sportliche Leistungsfähigkeit • Arbeiten/Verhalten in der Gruppenarbeit

Bewegungsfeld/Sportbereich: 2.2	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.- Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i>	<i>E/A</i>	9	<i>10</i>	-	36

BF 2.2: Das Gestalten neuer Spielideen durch den Austausch des Spielgerätes am Beispiel Basketball – wir entwickeln und erproben neue Spielformen durch den Einsatz eines American Football (10 Stunden)

Kompetenzerwartungen BWK 1, BWK 3, BWK 9

- Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)
 - grundlegende sportartspezifische technisch-koodinative sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten (Basketball) entwickeln und situationsgerecht auf die Zielsportart (Basketball mit einem American Football) anwenden (1)
 - Spielideen und Regeln selbständig entwickeln und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen, übertragen oder verändern (Raum, Spielfeld, Ziel, Brett, Korb, Spieleranzahl, Grundregeln Basketball bzw. American Football, Schritte, Körperkontakt, Zeitregel etc.) (3)
 - Kennenlernen der Eigenschaften des neuen Spielgerätes (Flug- und Sprungverhalten), Anpassung des taktischen Spielverständnisses an das neue Spielgerät und Ausprobieren von verschiedenen Variationen des Zielspiels im Sportunterricht (9)
 - Methodenkompetenz
 - Entwickeln eines veränderten bzw. neuen Regelverständnisses (welche Regeln benötigt das Spiel?)
 - Entwickeln eines veränderten taktischen Verständnisses für das Zielspiel (wie nutze ich spielfördernd den zur Verfügung stehenden Raum und wie verwende ich sinnvoll die für das Zielspiel zur Verfügung stehenden Spielgeräte entsprechend der dem Spiel zugrunde liegenden Spielidee?)
 - Entwickeln neuer Spiel- und Übungsformen in GA für das neue Zielspiel (handlungsorientierter und schüleraktivierender Sportunterricht)
 - Urteilskompetenz
 - Erlernen des Umgangs mit dem neuen Spielgerät
 - Förderung und Einhaltung von Fair-Play
 - Reflexion der entwickelten Übungs- und Spielformen anhand eigens erstellter Kriterien (Erdenken, Erproben, Erfassen etc.)
- Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**
- (a) Wahrnehmungs- und Körpererfahrung
 - (b) Leistung- und Leistungsverständnis
 - (e) Kooperations- und Konkurrenzverhalten

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

Thema des UV (BF 2.2): „Gestalten neuer Spielideen durch den Austausch des Spielgeräts am Beispiel Basketball“ (10 Stunden)			
Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielregeln für ein gemeinsames Spiel entwickeln unter Berücksichtigung des neuen Spielgeräts - Verschiedene Übungs- und Spielformen (PA oder GA) des Zielspiels entwickeln und ausprobieren - Theoretische Vermittlung von technischen und taktischen Grundlagen in beiden Sportarten (Ziel-Transparenz) - Experten, die als assistants eingesetzt werden können und in den GA z.B. als task manager etc. fungieren - Kriterienkatalog erstellen lassen zu Spielregeln, Fair-Play, Foulspiel, Wurftechniken, Ballannahme, Spielvariationen ...) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Experten, GA, Helferprinzip, Kriterien geleitete Reflexion der Unterrichtsinhalte 	<ul style="list-style-type: none"> - Anwendung der selbstentwickelten Spielregeln - Erproben des neuen Spiels unter Beachtung dieser Regeln - Umändern bzw. Perfektionierung der Regeln zur Förderung des allgemeinen Spielverständnisses bei den SuS - Stationenlernen, bei dem die verschiedenen Übungsformen geübt und an einer letzten Station im Spiel eingesetzt werden können (Technik, Ballannahme, Schrittregel, Bewegungsrichtung, Spiel ohne Ball, methodische Hilfen wie umgedrehte kleine Kästen als Ziel/Tor etc.) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kooperatives Lernen und Sozialformen, Stationenlernen, Regelkunde 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - American Footballbälle - Basketballfeld - Basketballbälle - Kleine Kästen als Ziel/Tor einsetzen (methodische Hilfe) - Methodische Hilfsgüter (Seile, Netze, Hütchen, Fußballtore, Basketballkörbe, Langbänke etc.) - Musikeinsatz zur Unterstützung der Spielidee (dynamisches und schnelles Spiel, z.B. 'Eye of the tiger') <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sozialkompetenz - Sachkompetenz - Persönlichkeitskompetenz 	<p>Unterrichtsbeleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> - prozessorientiert - Sachkompetenz - Sozialkompetenz - Beobachtungskriterien: - Sonstige Mitarbeit (mündliche Beiträge, kognitive Phasen, kreative Idee) - Sportliche Leistungsfähigkeit - Gruppenarbeit, Partnerarbeit (Helferprinzip) - Teamplayer

Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.1	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</i>	AB	5	10		11

Thema des UV: Vorbereitung auf die Abnahme des Deutschen Sportabzeichens -

Wir trainieren im Sprint, Weitsprung und Wurf.

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 3.1, 3.2; 6 MK 3.1, 3.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-, Sprung- und Wurf ABC) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen.
- Leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen.

Methodenkompetenz:

- Leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen.
- Grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden.

Urteilskompetenz:

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: IF a 1,2,3, IF b 1,2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Bewegungsgestaltung (b)

- Gestaltungsformen und Kriterien (1)
- Variationen von Bewegung (z. B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 3 Laufen, Springen Werfen - Leichtathletik)

Thema des UV (3.1): „Vorbereitung auf die Abnahme des Deutschen Sportabzeichens -

Wir trainieren im Sprint, Weitsprung und Wurf.“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sich mit den Bewegungsabläufen des Sprints (Start), Weitsprungs und Ballwurfes auseinander setzen. • Regelkonform laufen, springen und werfen. <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tiefstart • Absprunzzone Weitsprung • Leistungstabelle 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen: Wurfanlage, Laufbahn, Sprunganlage • Vorgehen nach Prinzip: vom Langsamen zum Schnellen (Standwurf, Anlauf mit korrektem Absprung)... • Probewettkämpfe in den drei Disziplinen Weitsprung, 75 m Sprint, Schlagballwurf <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Deduktives Verfahren • Stationenlernen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lauf-ABC • Sprungschulung • Start- bzw. Tiefstartübungen • Wurfübungen (verschiedene Zielebenen) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelbewusstes Verhalten • Bewusstes Training hin auf die DSA Anforderungen (Leistungstabelle) <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Helfen beim Messen, Einsatzbereitschaft, korrekte Durchführung der Disziplinen - Konzentration bei der Durchführung der Sprünge und Läufe, Umsetzung der Verbesserungsvorschläge <p>punktuell: DAS-Leistungsanforderungen (Tabelle)</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siehe Tabelle (siehe zudem UV 3.2)

Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.3	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</i>	AB	6	8		18

Thema des UV: Vorbereitung auf die Abnahme des Deutschen Sportabzeichens – Wir trainieren im Sprint, Weitsprung und Wurf.

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 3.1, 3.2; 6 MK 3.1, 3.2; 6 UK 3.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-, Sprung- und Wurf ABC) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen.
- Leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen.

Methodenkompetenz:

- Leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen.
- Grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden.

Urteilskompetenz:

- Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: IF a 1,2,3, IF b 1,2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Bewegungsgestaltung (b)

- Gestaltungsformen und Kriterien (1)
- Variationen von Bewegung (z. B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 3 Laufen, Springen Werfen - Leichtathletik)

Thema des UV (3.3): „Vorbereitung auf die Abnahme des Deutschen Sportabzeichens -

Wir trainieren im Sprint, Weitsprung und Wurf.“ (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sich mit den Bewegungsabläufen des Sprints(Start), Weitsprungs und Ballwurfes auseinander setzen. • Regelkonform laufen, springen und werfen. <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tiefstart • Absprunzone Weitsprung • Leistungstabelle 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen: Wurfanlage, Laufbahn, Sprunganlage • Vorgehen nach Prinzip: vom Langsamem zum Schnellen (Standwurf, Anlauf mit korrektem Absprung)... • Probewettkämpfe in den drei Disziplinen Weitsprung, 75 m Sprint, Schlagballwurf <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Deduktives Verfahren • Stationenlernen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lauf-ABC • Sprungschulung • Start(Tiefstart)übungen • Wurfübungen (verschiedene Zielebenen) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelbewusstes Verhalten • Bewusstes Training hin auf die DSA Anforderungen (Leistungstabelle) <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Helfen beim Messen, Einsatzbereitschaft, korrekte Durchführung der Disziplinen - Konzentration bei der Durchführung der Sprünge und Läufe, Umsetzung der Verbesserungsvorschläge <p>punktuell: DAS-Leistungsanforderungen (Tabelle)</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siehe Tabelle (siehe zudem UV 3.2)

Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.5	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	AB	7	9	6	24

Thema des UV: Vorbereitung auf die Abnahme des Deutschen Sportabzeichens - Wir trainieren im Sprint, Weitsprung und Wurf.

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 3.1, 3.4; 9 MK 3.1; 9 UK 3.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeitensniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern. (3.1)
- Einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf (z.B. Biathlon, Triathlon) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen. (3.4)

Methodenkompetenz:

- Leichtathletische Wettkampffregeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für die eigene Gruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten. (3.1)

Urteilskompetenz:

- Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen (3.1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: IF a 1,2,3, IF b 1,2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Bewegungsgestaltung (b)

- Gestaltungsformen und Kriterien (1)
- Variationen von Bewegung (z. B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik)

Thema des UV (3.5): „Vorbereitung auf die Abnahme des Deutschen Sportabzeichens -

Wir trainieren im Sprint, Weitsprung und Wurf.“ (9 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sich mit den Bewegungsabläufen des Sprints(Start), Weitsprungs und Ballwurfes auseinander setzen. • Regelkonform laufen, springen und werfen. <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tiefstart • Absprunzone Weitsprung • Leistungstabelle 	<p>Methodische Entscheidungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen: Wurfanlage, Laufbahn, Sprunganlage • Vorgehen nach Prinzip: vom Langsamem zum Schnellen (Standwurf, Anlauf mit korrektem Absprung)... • Probewettkämpfe in den drei Disziplinen Weitsprung, 75 m Sprint, Schlagballwurf <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Deduktives Verfahren • Stationenlernen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lauf-ABC • Sprungschulung • Start(Tiefstart)übungen • Wurfübungen (verschiedene Zielebenen) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelbewusstes Verhalten • Bewusstes Training hin auf die DSA Anforderungen (Leistungstabelle) <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Helfen beim Messen, Einsatzbereitschaft, korrekte Durchführung der Disziplinen - Konzentration bei der Durchführung der Sprünge und Läufe, Umsetzung der Verbesserungsvorschläge <p>punktuell: DAS-Leistungsanforderungen (Tabelle)</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siehe Tabelle (siehe zudem UV 3.6)

Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.7	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</i>	<i>AC</i>	8	<i>10</i>		32

Thema des UV: Wir springen hoch – unter Berücksichtigung individueller sprungtechnischer Fähigkeiten die ideale Sprungtechnik herausfinden und anwenden.

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 3.2; 9 MK 3.2; 9 UK 3.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen (3.2).

Methodenkompetenz:

- Selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch) erfassen. (3.2)

Urteilskompetenz:

- Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen (3.1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: IF a 1,2,3 ; IF c 1,2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Wagnis und Verantwortung (c)

- Spannung und Risiko (1)
- Emotionen (z. B. Freude, Frustration, Angst) (2)

Abstrachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 – Laufen, Werfen, Springen – Leichtathletik

Thema des UV (3.7): „Wir springen hoch – unter Berücksichtigung individueller sprungtechnischer Fähigkeiten die ideale Sprungtechnik herausfinden und anwenden.“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sich mit verschiedenen Sprungvarianten kritisch auseinander setzen. • Den individuell optimalen Anlauf finden (Absprungstelle) • Die Zauberschnur möglichst hoch überspringen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Flop, Straddle, Bauchwölzer • Skippinganlauf 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit (Landeübungen) • Lauf - ABC • Stationenlernen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hohlkreuzlandungen • Kurvenlaufübungen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Landeübungen • Absprungübungen • Lattenüberquerung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Weiterentwicklung der individuell optimalen Sprungvarianten • Festigung des Anlaufes und Flugverhaltens <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Ausprobieren verschiedener Sprungvarianten mit kritischer Reflexion – Konzentriertes Üben des Anlaufes und der Körperposition in Flugphase <p>punktuell: einen „guten“ Hochsprung zeigen</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Sicherer Anlauf, effektives Absprungsverhalten, ökonomische Lattenüberquerung und hohe Höhe

Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.8	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</i>	<i>A, D</i>	9	<i>6</i>		40

Thema des UV: Unbekannte Disziplinen der Leichtathletik erkunden – die Kugel mit grundlegenden technisch-koordinativen Aspekten weit stoßen.

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 3.1, 3.2; 9 MK 3.2; 9 UK 3.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeitensniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern. (3.1)
- Eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen (3.2).

Methodenkompetenz:

- Selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch) erfassen. (3.2)

Urteilskompetenz:

- Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen (3.1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: IF a 1,2 , IF d 1,2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)

Leistung (d)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV (3.8): „Unbekannte Disziplinen der Leichtathletik erkunden - die Kugel mit grundlegenden technisch-koordinativen Aspekten weit stoßen.“ (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einen schweren Gegenstand einhändig weit stoßen • Bewegungsgeschwindigkeit in Schnelldurchlauf/Stoßkraft umsetzen • Grundlegende Bewegungsmerkmale erkennen und optimieren <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schwerpunktachse • Energieweiterleitung • Angleitphase und Stoßausrichtung 	<ul style="list-style-type: none"> • Kugelgewöhnung (Partnerarbeit) • Teilphasenbewegungen üben (Angleiten, Drehung, Stoßauslage, Abfangen) • Stationenlernen (entsprechend Bewegungsphasen) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • Analytisch-synthetische Methode 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kugelgewöhnung • Angleitübungen mit/ohne Kugel • Standstöße • Drehstöße • Gesamter Bewegungsablauf 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewusstes Auseinandersetzen mit unbekanntem Bewegungsabläufen <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Eigene Technik/Bewegung stabilisieren und weiterentwickeln – Fehler erkennen und die Ursachen beheben <p>Die Angleittechnik in Grobform korrekt durchführen.</p>

Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.9	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. - Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	A,F	9	6		41

Thema des UV: Die eigene Ausdauer testen und unter gesundheitsfördernden Aspekten individuell verbessern.

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 3.3; 9 MK 3.2;

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Beim Laufen eine Langzeitausdauerleistung (LZA I bis zu 30 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben. (3.3)

Methodenkompetenz:

- Selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch) erfassen. (3.2)

Urteilskompetenz:

- Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen (3.1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: IF a 1,2 , IF f 2,3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)

Gesundheit (f)

- grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)
- unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (3)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV (3.9): „Die eigene Ausdauer testen und unter gesundheitsfördernden Aspekten individuell verbessern.“ (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Über einen längeren Zeitraum laufen • Körperliche Anstrengungen aushalten und ein geeignetes Lauftempo finden • Das Laufen mit gesundheitsfördernden Aspekten beschreiben und beurteilen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Langzeitausdauerlauf • Pulssteigerung, erhöhte Herzfrequenz • Optimaler Puls 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diagnosestunde (Ausdauerstest) • Übungsformen zum Ausdauerlaufen • Trainingseinheiten individuell festsetzen • Pulsmessung erlernen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lauftraining • Diagnosetest • Pulsmessung 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pyramidenlauf • Minutenläufe • Diagonalläufe • Waldläufe • Aufwärm- u. Abwärmäufe <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Laufschulung • Pulslaufen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die eigene Laufzeit unter gesundheitsfördernden Aspekten verlängern <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Trainingsbucheinträge – Vergleichswerte (Pulsfrequenz) <p>Diagnosestunde und Vorhabensende</p> <p>Bereitschaft „Loggen zu gehen“</p>

Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.2	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>(nur diese Seite!)</i>	<i>AF</i>	5	<i>6</i>	<i>1</i>	12

Thema des UV: Durchführung des Deutschen Sportabzeichens - Sportfest Stufe 5

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 3.3, 3.4; 6 MK 3.1, 3.2; 6 UK 3.1, 3.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Beim Laufen eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 min) gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit - erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben. (3.3)
- Einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfvhaltens durchführen (3.4)

Methodenkompetenz:

- Leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht anwenden (3.1)
- Grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden. (3.2)

Urteilskompetenz:

- Die individuelle Gestaltung des Lauftempo bei einer Mittelzeitausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen (3.1)
- Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen (3.2)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: IF a 1,2,3; IF f 2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
 - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)
- Gesundheit (f)

- Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)

Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.4 Nur diese Seite!	Päd. Perspektive <i>leitend/ergänzend</i>	Jahrg. - Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</i>	<i>AF</i>	6	6		19

Thema des UV: Durchführung des Deutschen Sportabzeichens - Sportfest Stufe 6

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 3.3, 3.4; 6 MK 3.1, 3.2; 6 UK 3.1, 3.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Beim Laufen eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 min) gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit - erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben. (3.3)
- Einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfvhaltens durchführen (3.4)

Methodenkompetenz:

- Leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht anwenden (3.1)
- Grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden. (3.2)

Urteilskompetenz:

- Die individuelle Gestaltung des Lauftempo bei einer Mittelzeitausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen (3.1)
- Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen (3.2)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: IF a 1,2,3; IF f 2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)**
- **Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)**

Gesundheit (f)

- Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)

Bewegungsfeld/Sportbereich: 3.6 <i>nur diese Seite!</i>	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	AF	7	6		25

Thema des UV: Durchführung des Deutschen Sportabzeichens - Sportfest Stufe 7

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 3.1, 3.4; 9 MK 3.1; 9 UK 3.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeitensniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern. (3.1)
- Einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf (z.B. Biathlon, Triathlon) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfvhaltens durchführen. (3.4)

Methodenkompetenz:

- Leichtathletische Wettkampfregelein erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für die eigene Gruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten. (3.1)

Urteilskompetenz:

- Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen (3.1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: IF a 1,2,3, IF b 1,2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Bewegungsgestaltung (b)

- Gestaltungsformen und Kriterien (1)
- Variationen von Bewegung (z. B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)

Bewegungsfeld/Sportbereich 4.1: Bewegen im Wasser - Schwimmen	Päd. Perspektive leitend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV des UV Sfd.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Wassergewöhnung	A	5 oder 6 (je nachdem, in welcher Stufe Schwimmen angeboten wird!)	3 Einheiten bzw. DS		3

Thema des UV (BF 4.1): Wie ein Fisch im Wasser – Erfahrungen im Wasser sammeln und sicherheits- und gesundheitsbezogenen Verhaltensweisen einhalten

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: 6 BWK 4.1

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

Methodenkompetenz: 6 MK 4.1 und 4.2,

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

Urteilskompetenz: 6 UK 4.1

- Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 1

Angabe des 1. Inhaltsfeldes: a 1

- Wahrnehmung und Körpererfahrung

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (Bewegen im Wasser - Schwimmen)

Thema des UV (4.1): „Wie ein Fisch im Wasser – Erfahrungen im Wasser sammeln und sicherheits- und gesundheitsbezogenen Verhaltensweisen einhalten“ (3 Einheiten bzw. Doppelstunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Ziel: umfassende Wassergewöhnung sowie • Sicherheits- und Verhaltensregeln vor, nach und im Schwimmbad (z.B. nicht Laufen, keine Sprünge etc.) • Beginn möglichst im Nichtschwimmerbecken und Übergang ins Schwimmerbecken • Verantwortung für die Sicherheit eines Partners übernehmen • Überwindung von Angstmomenten bei der Wassergewöhnung durch Bewegungsaufgaben und spielerische Erkundung des Elements Wasser • und Spiele • Lit. „Bissig, Gröbli (2004). Schwimmwelt. Schwimmen lernen – Schwimmtechnik optimieren“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit • Selbstständiges Arbeiten • Ggf. Anbahnung eines Stationenlernens 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsaufgaben • Übungen und • kleine Spiele (s. Lit.) • Wassergewöhnung: Wasserwiderstand, Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen, Gleiten, Untertauchen, Kopfsteuerung, Schweben, Atmung/Ausatmung unter Wasser • Linienball als Vorstufe zum Wasserball (da hier noch das Laufen im Wasser und eine spielerische Wassergewöhnung möglich ist, vgl. ebd. S.279) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheits- und Regelbewusstsein sowie die Umsetzung • Einsatzbereitschaft und Kooperation in der Partnerarbeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verpflichtender Abschlusstest (s. Lit. S. 74 ebd.) aus verschiedenen vorgegebenen und eigenständig weiterentwickelten Elementen zur Wassergewöhnung (s. Fachbegriffe Wassergewöhnung)

Bewegungsfeld/Sportbereich 4.2: Bewegen im Wasser - Schwimmen	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Techniken des Schwimmens	A	5 oder 6 (je nachdem, in welcher Stufe Schwimmen angeboten wird!)	4 Einheiten bzw. 4 DS		5

Thema des UV (BF 4.2): Schwimmen lernen – Kraulschwimmen / Rücken(kraul)schwimmen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: 6 BWK 4.2

eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen.

Methodenkompetenz: 6 MK 4.1 und 4.2,

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

Urteilskompetenz: 6 UK 4.1

- Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 1 – a3

Angabe des 1. Inhaltsfeldes: a 1 und 2

- Wahrnehmung und Körpererfahrung
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (Bewegen im Wasser - Schwimmen)

Thema des UV (4.2): „Schwimmen lernen – Kraulschwimmen / Rücken(kraul)schwimmen auf technisch-koodinativ grundlegendem Niveau“ (4 Einheiten bzw. 4 DS)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>• Erlernen einer Wechselzugschwimmtechnik (Rückenkraul- oder Kraulschwimmen) um sich sicher und zunehmend schneller/effizient im Wasser Fortzubewegen</p> <p>Übungen zum</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gleiten in stabiler Wasserlage mit Beinantrieb • Armantrieb • Atemtechnik • Koordination- und Kombination: Festigung der parallelen Ausführung der zergliederten Elemente • Verantwortung für die Sicherheit des Partners übernehmen 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit • Selbstständiges Arbeiten • Einsatz von Schwimmbrettern, Schwimmnudeln bzw. Auftriebskörpern, Schwimmflossen • Einsatz von Informations- und Kontrollmaterial/ Beobachtungsbogen, Bewegungs- demonstationen • Schwimmerbecken <p>Fachbegriffe Methodenkompetenz</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungs- demonstationen • Beobachten, Verbalisieren und Bewerten der Schwimm-techniken 	<ul style="list-style-type: none"> • Wasserlage und Atmung • Armzug, Beinschlag • Rhythmisierung: 2er; Variation für Fortgeschrittene • Wasserfassen • Wasserwiderstand • Wasserballkraulspiel als Weiterentwicklung des Linienballs (jetzt Füße vom Boden etc. vgl. ebd., S. 270) 	<p>unterrichts begleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheits- und Regelbewusstsein sowie die Umsetzung • Einsatzbereitschaft und Kooperation in der Partnerarbeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikgerechte Ausführung des Kraulschwimmens / Rückenkraulschwimmens im und außerhalb des Wassers (unter Schwerpunkt auf ruhige Wasserlage und Atmung) einer kurzen Strecke

Bewegungsfeld/Sportbereich 4.3: Bewegen im Wasser - Schwimmen	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Ausdauernd Schwimmen	A F D	5 oder 6 oder 7 oder 8 (je nachdem, in welcher Stufe Schwimmen angeboten wird!)	8 Einheiten bzw. 8 DS		7

Thema des UV (BF 4.3): Wir machen uns fit für ein Jugendschwimmabzeichen (Bronze, Silber, Gold)

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 4.3, 6 MK 4.1 und 4.2, 6 UK 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: 6 BWK 4.3

- eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit - erbringen.

Methodenkompetenz: 6 MK 4.1 und 4.2,

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

Urteilskompetenz: 6 UK 4.1

- Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, d1, f3

Angabe des 1. Inhaltsfeldes: a 1 und 2

- Wahrnehmung und Körpererfahrung der Ausdauerbelastung
- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit
- Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (Verhalten vor dem Schwimmen bspw. Essverhalten)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (Bewegen im Wasser - Schwimmen)

Thema des UV (4.3): „Wir machen uns fit für ein Jugendschwimmabzeichen (Bronze, Silber, Gold)“
(8 Einheiten bzw. 8 DS)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Beginn mit allgemeinen Elementen und Anforderungen der Schwimmabzeichen hin zu differenzierter Vermittlung der weiterführenden Anforderungen (insbesondere Gold) • Erwerben eines standardisierten Schwimmabzeichens • produktorientiertes Arbeiten • Erwerben einer Schwimmbadfähigkeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Binnendifferenzierung: Üben in leistungshomogenen Kleingruppen mit demselben Abzeichen als Ziel • Selbstständiges Arbeiten • Selbsteinschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit und Zielsetzung • Schwimmen im Kreisverkehr...je nach Können und Platz • Verantwortungsvolle Mitorganisation bei der Abnahme von Leistungen im Rahmen des Schwimmabzeichens durch die SuS (unterstützt/kontrolliert durch den L.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Erweiterung der individuellen Schwimmdistanz • Technikoptimierung • Atmung • Technik • Tempo • Baderegeln • Rettungsschwimmen/Abschleppen • Startsprung • Streckentauchen • Tieftauchen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mitwirkung und Verhalten bei den Leistungsabnahmen • Selbsteinschätzung <p>punktuell:</p> <p>Erfüllung der praktischen und theoretischen Anforderung eines Sportabzeichens unter gradueller Abstufung</p>

Bewegungsfeld/Sportbereich 5.1	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Bewegen an Geräten - Turnen	A B	5	12		4

BF 5.1: Rolle, Handstand, Rad - grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen.

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- eine für das Turnen grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten (1)
- technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (u. a. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben (2)
- am Boden, Sprunggerät, Reck oder Barren, Bank oder Balken in der Grobform spielerisch oder leistungsbezogen rollen, stützen, balancieren, springen, hängen und schwingen sowie Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen verbinden (3)

Methodenkompetenz (MK)

- Turngeräte sicher auf- und abbauen, den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten sowie kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfen geben (1)
- sich in turnerischen Lern- und Übungsprozessen auf fachsprachlich grundlegendem Niveau verständigen (2)

Urteilskompetenz (UK)

- turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten (1)

Inhaltsfeld/er - Inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 3, b 1

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Bewegungsgestaltung (b)

- Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (1)

Abstrachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 5)

Thema des UV (BF 5.1): „Rolle, Handstand, Rad – grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen.“ (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erlernen basaler turnerischer Fertigkeiten • eigenständige Kombination und Variation dieser Fertigkeiten zu einer Kür <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rollen - Rolle vw und rw am Boden, • Springen - Sprünge mit Drehung, • Stützen - Aufschwingen in den Handstand, • Rad 	<ul style="list-style-type: none"> • Erarbeiten von den nötigen Hilfestellungen • methodische Übungsreihen 	<ul style="list-style-type: none"> • Rolle vorwärts/rückwärts • Handstand • Rad • Sprünge • Bodenkün 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagiertes Einbringen in die Erarbeitung und Präsentation einer Bodenkün • sichere Hilfestellung <p>punktuell:</p> <p>Präsentation einer Bodenkün in Kleingruppen</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Synchronität • Bewegungsausführung • Kreativität • Hilfestellung

Bewegungsfeld/Sportbereich 5.2	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Bewegen an Geräten - Turnen	A B	5	10		9

Akrobatische Kunststücke - eine Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren und bewerten.

Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 1, MK 2, MK 3, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen (3)

Methodenkompetenz (MK)

- in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben und für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Lern- und Übungsprozess übernehmen (1)
- Bewegungsgestaltungen und -kombinationen zusammenstellen und präsentieren (2)
- sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern (3)

Urteilskompetenz (UK)

- eine Präsentation - allein oder in der Gruppe - nach ausgewählten Kriterien bewerten (2)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, a 3, b 1, b 2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Bewegungsgestaltung (b)

- Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (1)
- Variationen von Bewegung (z. B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 5)

Thema des UV: „Akrobatische Kunststücke - eine Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren und bewerten.“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erlernen basaler akrobatischer Fertigkeiten (z.B. akrobatische Bank, akrobatischer Tisch) • eigenständige Kombination und Variation dieser Fertigkeiten zu kleinen Pyramiden in Kleingruppen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Akrobatische Bank, akrobatischer Tisch, Akrobatengriff, Pyramiden (z.B. 3er-/ 6er-/10er-Pyramiden) 	<ul style="list-style-type: none"> • Erarbeiten von Gestaltungskriterien für eine ansprechende Präsentation • innerhalb frei gewählter Gruppen erarbeiten die SuS eine Akrobatiknummer unter Beachtung der Gestaltungskriterien 	<ul style="list-style-type: none"> • Akrobatische Bank, akrobatischer Tisch, Akrobatengriff, Pyramiden (z.B. 3er-/ 6er-/10er-Pyramiden) • Präsentation 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagiertes Einbringen in die Erarbeitung und Präsentation einer Akrobatiknummer <p>punktuell:</p> <p>Präsentation einer Akrobatikaufführung in Kleingruppen</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres Bewältigen und eigenständiges Variieren technisch-koordinativer und ästhetisch-gestalterischer Grundanforderungen <p>Die SuS können eigene und/oder Präsentationen anderer beurteilen und ihre Einschätzung anhand ausgewählter Kriterien verständlich begründen.</p>

Bewegungsfeld/Sportbereich 5.3	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Bewegen an Geräten - Turnen	AC	6	8		14

Springen - Aufhocken, Durchhocken, Landen.

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 4, MK 1, MK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- eine für das Turnen grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten (1)
- technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (u. a. Stützen, Springen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben (2)
- in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden (4)

Methodenkompetenz (MK)

- Turngeräte sicher auf- und abbauen, den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten sowie kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfen geben (1)
- sich in turnerischen Lern- und Übungsprozessen auf fachsprachlich grundlegendem Niveau verständigen (2)

Inhaltsfeld/er - Inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, c 2, c 3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)

Wagnis und Verantwortung (c)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 5)

Thema: „Springen – Aufhocken, Durchhocken, Landen.“ (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lernvoraussetzungen schaffen • über verschiedene Sprunggeräte mit verschiedenen Techniken springen • SuS geben Hilfestellung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • siehe Spalte 3 	<ul style="list-style-type: none"> • Voraussetzungen schaffen: Prellfedern, Prellsprünge, Stützspringen, Landen • Erarbeiten von den nötigen Hilfestellungen • methodische Übungsreihen 	<ul style="list-style-type: none"> • Anlauf • Absprung • erste Flugphase • Stützphase • Zweite Flugphase • Landung • Hilfestellung (Klammergriff) • Aufhocken • Durchhocken • Grätsche 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagiertes Üben der Sprungtechniken • sichere Hilfestellung • sicherer Auf- und Abbau <p>punktuell:</p> <p>Präsentation von selbstgewählten Sprungtechniken</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsausführung • Hilfestellung

Bewegungsfeld/Sportbereich 5.4	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Bewegen an Geräten - Turnen	A C	7	10		20

Stützen, Schwingen, Drehen - Felgbewegungen am Reck und Schwingen an den Ringen.

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 4, MK 1, MK 3

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- An Turngeräten (u. a. Boden, Sprunggerät, Reck oder Stufenbarren, Balken oder Parallelbarren) oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden (1)
- an ihre individuelle Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (2)
- Zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern (4)

Methodenkompetenz (MK)

- in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert, sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Lern- und Übungsprozess übernehmen (1)
- sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern (3)

Inhaltsfeld/er - Inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, a 3, f 1

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Gesundheit und Gesundheitsverständnis (f)

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 5)

Thema des UV: „Stützen, Schwingen, Drehen - Felgbewegungen am Reck und Schwingen an den Ringen.“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lernvoraussetzungen schaffen • Techniken erlernen • SuS geben Hilfestellung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • siehe Spalte 3 	<ul style="list-style-type: none"> • Voraussetzungen schaffen • Erarbeiten von den nötigen Hilfestellungen • methodische Übungsreihen 	<p>Reck</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stützen • Aufschwung • Umschwung • Unterschwung • (Mühle) <p>Ringe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Streckhang • Schwungverstärkungen • Schaukeln im Streckhang mit $\frac{1}{2}$ Drehung und 1/1 Drehung • Salto rückwärts als Abgang 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagiertes Üben der Techniken • sichere Hilfestellung • sicherer Auf- und Abbau <p>punktuell:</p> <p>Präsentation von einer Pflichtkür (Reck: Aufschwung, Umschwung, Unterschwung - auch mit Hilfestellung möglich; Ringe: Schaukeln im Streckhang mit $\frac{1}{2}$ oder ganzer Drehung)</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsausführung • Hilfestellung

Bewegungsfeld/Sportbereich 5.5	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Bewegen an Geräten - Turnen	A C	8	12		31

BF 5.5: Mit Sicherheit stützen, mit Geschick balancieren – Wende und Kehre, Schrittsprung und Schere!

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 4, MK 1, MK 2, MK 3, UK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- an Turngeräten (u.a. Boden, Sprunggerät, Reck oder Stufenbarren, Balken oder Parallelbarren) oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau normgebunden oder normgebunden ausführen. (9 BWK 5.1)
- an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen. (9 BWK 5.2)
- zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern. (9 BWK 5.4)

Methodenkompetenz (MK)

- In Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen. (9 MK 5.1)
- Bewegungsgestaltungen und -kombinationen zusammenstellen und präsentieren. (9 MK 5.2)
- sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situations-angemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern. (9 MK 5.3)

Urteilskompetenz (UK)

- Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen. (9 UK 5.1)
- eine Präsentation - allein oder in der Gruppe - nach ausgewählten Kriterien bewerten. (9 UK 5.2)

Inhaltsfeld/er – Inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, a 3, f 1

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Gesundheit und Gesundheitsverständnis (f)

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 5)

BF 5.5: „Mit Sicherheit stützen, mit Geschick balancieren – Wende und Kehre, Schrittsprung und Schere!“ (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lernvoraussetzungen schaffen • Techniken erlernen • SuS geben Hilfestellung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • siehe Spalte 3 	<ul style="list-style-type: none"> • Voraussetzungen schaffen • Erarbeiten von den nötigen Hilfestellungen • methodische Übungsreihen 	<p>Barren</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schwingen im Stütz • Kehre • Wende • Rolle vorwärts • Oberarmstand • Hockwende als Abgang <p>Balken</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hoher Ballenstand • Sprünge: Strecksprung, Nachstellsprung, Pferdchensprung, Spreizsprung, Schrittsprung • Standwaage • Drehungen (1/2 oder 1/1) • Rolle vorwärts 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagiertes Üben der Techniken • sichere Hilfestellung • sicherer Auf- und Abbau <p>punktuell:</p> <p>Präsentation von einer Kür an einem der beiden Geräte (freie Entscheidung)</p> <p>Beobachungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsausführung • Hilfestellung

Bewegungsfeld/Sportbereich 5.6	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Bewegen an Geräten - Turnen	C A	9	10		38

BF 5.6: Le Parkour – Hindernisse kreativ, schnell und sicher überwinden.

Kompetenzerwartungen: BWK 2, MK 2, MK 3, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BKW)

- an ihre individuelle Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (2)

Methodenkompetenz (MK)

- Bewegungsgestaltungen und -kombinationen zusammenstellen und präsentieren (2)
- sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern (3)

Urteilskompetenz (UK)

- Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, c 1, c 2, c 3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)

Wagnis und Verantwortung (c)

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

Thema des UV (BF 5.6): „Le Parkour – Hindernisse kreativ, schnell und sicher überwinden.“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Parkourtechniken • Unterschiedliche Hindernisse • Selbsteinschätzung: Gefahr der Überschätzung, kein Lernzuwachs bei Unterschätzung • Erarbeitung von Bewertungskriterien <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Flow-Konzept • Namen der Techniken 	<ul style="list-style-type: none"> • Mit Hilfe von Arbeitskarten werden die Überwindungsmöglichkeiten geübt • Unterschiedliche Anforderungen beim Überwinden von Hindernissen anbieten: entsprechend seiner Selbsteinschätzung den passenden Schwierigkeitsgrad auswählen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Techniken aus Le Parkour (z.B. Roulade, Saut de Chat, Saut de Bras, Saut de Précision, Crane, Tic Tac, Lazy Vault, Speed Vault) • Selbsteinschätzung, Flow-Konzept <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Roulade, Saut de Chat, Saut de Bras, Saut de Précision, Crane, Tic Tac, Lazy Vault, Speed Vault 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Gesamteindruck – Ausführung – Schwierigkeit – Individuelle Lernfortschritte <p>punktuell: Run durch einen vorgegebenen Parcours</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <p><u>Sicherheit der Bewegung:</u></p> <p>Die SuS passen den Schwierigkeitsgrad Ihrem Können an und haben überwiegend Kontrolle über ihre Bewegungen.</p> <p><u>Flüssigkeit/Eleganz:</u></p> <p>Die SuS bewältigen den Parkour überwiegend flüssig und sind meist in der Vorwärtsbewegung. Die Bewegungen sind meist elegant.</p> <p><u>Schwierigkeitsgrad der Bewegung:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> – Die SuS wählen unterschiedliche Parkourtechniken und integrieren auch schwierige Bewegungen.

Übersicht über Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern

Kompetenzerwartungen im BF 6: „Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste“		
Kompetenzbereiche	Kompetenzerwartungen Ende 6	Kompetenzerwartungen Ende 9
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> • technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewe-gens mit und ohne Handgerät anwenden und beschreiben. (6 BWK 6.1) • grundlegende Merkmale von Bewe-gungsqualität (u. a. Körperspan-nung, Bewegungsrhythmus, Raum-orientierung) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (u. a. Gym-nastik und Tanz oder Pantomime) al-lein oder in der Gruppe anwenden. (6 BWK 6.2) • grundlegende Aufstellungsformen und Formationen anwenden und be-schreiben. (6 BWK 6.3) 	<ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte Grundtechniken äs-thetisch-gestalterischen Bewe-gens – auch in der Gruppe – struktur-gerecht ausführen und durch Er-höhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komple-xität verändern. (9 BWK 6.1) • in eigenen Bewegungsgestaltun-gen erweiterte Merkmale von Be-wegungsqualität (z. B. Körper-spannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungs-weite, Bewegungstempo, Raum-orientierung) – auch in der Gruppe – anwenden und zielgerichtet vari-ieren. (9 BWK 6.2) • eine Fitnessgymnas-tik/Skigymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien prä-sentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern. (9 BWK 6.3) • eine Übungsfolge mit Handgerät in der Gruppe nach gemeinsam ent-wickelten Kriterien präsentieren und bewerten. (9 BWK 6.4)
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> • durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewe-gungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen. (6 MK 6.1) • einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen präsentie-ren. (6 MK 6.2) 	<ul style="list-style-type: none"> • ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen Kompositionen kriteriengeleitet – allein oder in der Gruppe – ent-wickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z. B. Synchronität, Bewegungs-fluss) beschreiben und erläutern. (9 BWK 6.1)
Urteilskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> • einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten. (6 UK 6.1) 	<ul style="list-style-type: none"> • die Bewegungs- und Gestaltungs-qualität bei sich und anderen nach vorgegebenen und gemeinsam entwickelten Kriterien beurteilen. (9 UK 6.1, 6.4) • bewegungsbezogene Klischees (u. a. Geschlechterrollen) in die-sem Bewegungsfeld beurteilen. (9 UK 6.2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 6)

Thema des UV (6.1): „Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen - einfache technisch-koordinative Grundformen für eine ästhetisch-gestalterische Präsentation nutzen“ (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Anforderungen beim Laufen und Springen: Zeit- und Rhythmusgefühl • Bewegungsmerkmale unterschiedlicher Lauf- und Springformen • Eigene Sprung- und Laufideen entwickeln und umsetzen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsrhythmus • Ästhetik 	<ul style="list-style-type: none"> • Laufen und Springen in vorgegebenen Rhythmen: 4/4-Takt, 3/4-Takt • eigenes Experimentieren mit rhythmischen und ästhetischen Sprung- und Laufformen • Rhythmisierung von Bewegung im Partner- und Gruppenbezug • Rhythmisierung durch Hindernisse (Reifen auf dem Boden, Hürden) • Vorbereitung einer Präsentation <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rhythmisches Laufen und Springen • Bewegung aus und mit dem ganzen Körper (z.B. Armeinsatz) • Sprünge in unterschiedlichen Achsen (vor-zurück, mit Drehung...) • Hintereinanderschalten unterschiedlicher Bewegungsformen (Kür) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körperspannung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beschreibung und Demonstration unterschiedlicher Lauf- und Sprungarten • Bereitschaft, sich auf ästhetische Bewegung einzulassen <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rhythmusgefühl, Bewegungsqualität • Bewegungsfluss • Variationsbreite eigener Ideen <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität und Ideenreichtum der Präsentation einer kleinen Bewegungsabfolge (Kür) in Partner- oder Gruppenarbeit

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 6)

Thema des UV (6.2): Hip-Hop, Breakdance und Co. - gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen. (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Anforderungen beim Tanzen: Zeit- und Rhythmusgefühl • Bewegungsmerkmale unterschiedlicher Tanzstile oder eines bestimmten Tanzes • Sich in einer Formation gleich bewegen • Eigene Bewegungsideen entwickeln und umsetzen • Geschlechterrollenklischees beurteilen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsrhythmus • Ästhetik 	<ul style="list-style-type: none"> • Typische Tanzbewegungen erkennen und erproben • eigenes Experimentieren mit rhythmischen und ästhetischen Tanzbewegungen • Rhythmisierung von Bewegung im Partner- und Gruppenbezug • Vorbereitung einer Präsentation mit oder ohne Musik <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rhythmisches Bewegen (zur Musik) • Bewegung aus und mit dem ganzen Körper (gleichzeitig) • Bewegen in unterschiedlichen Dimensionen (hoch, tief, sitzend, gebeugt-gestreckt, einzelne Gliedmaßen) • Hintereinanderschalten unterschiedlicher Bewegungsformen (Kür) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beschreibung und Demonstration unterschiedlicher Tanzbewegungen • Bereitschaft, sich auf ästhetische Bewegung einzulassen <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Taktgefühl, Bewegungsqualität • Variationsbreite eigener Ideen • Partnerbezug und Synchronität <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität und Ideenreichtum der Präsentation einer kleinen Bewegungsabfolge (Kür) in Partner- oder Gruppenarbeit

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 6)

Thema des UV (6.3): „Fit in Form“ - tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitness-Gymnastik, z.B. Skigymnastik, nutzen (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Anforderungen einer Fitness-Gymnastik: Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer • Bewegungsmerkmale Skisimulation • Erhöhung des Schwierigkeits- und Anstrengungsgrades • Eigene Bewegungsideen entwickeln und umsetzen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsrhythmus • Abfahrtshocke 	<ul style="list-style-type: none"> • Typische Bewegungen einer Fitnessgymnastik erproben • eigenes Experimentieren mit gymnastischen Bewegungsfolgen • Rhythmisierung von Bewegung im Gruppenbezug • Vorbereitung einer Präsentation mit Musik auf der Skifahrt <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rhythmisches Bewegen (zur Musik) • Bewegung aus und mit dem ganzen Körper • Hintereinanderschalten unterschiedlicher Bewegungsformen (Skigymnastik auf ein „Hüttlied“) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beschreibung und Demonstration unterschiedlicher Tanzbewegungen • Anstrengungsbereitschaft <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rhythmusgefühl • Variationsbreite eigener Ideen <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ideenreichtum der Präsentation einer Bewegungsabfolge in Gruppenarbeit

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 6)

Thema des UV (6.4): Gymnastische und tänzerische Übungen und Verbindungen mit einem selbst gewählten Handgerät präsentieren und bewerten (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anforderungen bei Übungsverbindungen, in der Raumnutzung, Bewegungsdynamik, Bewegungsrhythmus, der Bewegungsschwierigkeit • Bewegungsmerkmale des tänzerischen Ausdrucks • Nutzung eines beliebigen Handgerätes (klassisch: Seilchen, Keulen, Stab, Ball, ...) (individuell: Zeitung, Regenschirm, Rugbyball ...) • Schwierigkeitsgrad im Umgang mit dem Handgerät • Eigene Bewegungsideen entwickeln und umsetzen • Bewegungs- und Präsentationsfähigkeit einschätzen und beurteilen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Raumnutzung 	<ul style="list-style-type: none"> • Typische Bewegungen mit dem entsprechenden Handgerät erproben • eigenes Experimentieren mit gymnastischen und tänzerischen Bewegungsfolgen • Rhythmisierung von Bewegung im Partnerbezug • Vorbereitung einer Präsentation mit einem beliebigen oder einem vorgegebenen Handgerät <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ästhetisches Bewegen mit dem Handgerät • Bewegungsgestaltung und -umsetzung in der Gruppe • Anfang und Ende der Präsentation bewusst gestalten • Präsentationen im Rahmen von Schulfeiern oder anderen Anlässen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beschreibung und Demonstration unterschiedlicher tänzerischer Bewegungen mit einem Handgerät • eigenes Einbringen in den Gruppenprozess <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rhythmusgefühl • Variationsbreite eigener Ideen • Übungsverbindungen • Gestaltung Anfang und Ende <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ideenreichtum der Präsentation einer Bewegungsabfolge in Gruppenarbeit

Bewegungsfeld/Sportbereich 6.1	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	A B	5	8		2

Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen - einfache technisch-koordinative Grundformen für eine ästhetisch-gestalterische Präsentation nutzen.

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewehens mit und ohne Handgerät anwenden und beschreiben (1)*
- *grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsge- staltungen (u. a. Gymnastik und Tanz oder Pantomime) allein oder in der Gruppe anwenden (2)*

Methodenkompetenz (MK)

- *durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen (1)*
- *einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen präsentieren (2)*

Urteilskompetenz (UK)

- *einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten (UK)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, b 1, b 2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*
- *Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)*

Bewegungsgestaltung (b)

- *Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (1)*
- *Variationen von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)*

Bewegungsfeld/Sportbereich 6.2	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	B E F	6	12		17

Hip-Hop, Breakdance und Co. - gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen.

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät anwenden und beschreiben (1)
- grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsge- staltungen (u. a. Gymnastik und Tanz oder Pantomime) allein oder in der Gruppe anwenden (2)
- grundlegende Aufstellungsformen und Formationen anwenden und beschreiben (3)

Methodenkompetenz (MK)

- durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen (1)
- einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen präsentieren (2)

Urteilskompetenz (UK)

- einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten (1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: b 1, b 3, e 1, e 2, f 3

Bewegungsgestaltung (b)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte (3)

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Gesundheit und Gesundheitsverständnis (f)

- unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (3)

Bewegungsfeld/Sportbereich 6.3	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	B F	7	12		22

„Fit in Form“ - tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitness-Gymnastik, z. B. Skigymnastik, nutzen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 4, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens - auch in der Gruppe - strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern (1)
- in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) - auch in der Gruppe - anwenden und zielgerichtet variieren (2)
- eine Fitnessgymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien präsentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern (4)

Methodenkompetenz (MK)

- ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen Kompositionen kriteriengeleitet - allein oder in der Gruppe - entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z. B. Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern (1)

Urteilskompetenz (UK)

- die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: b 1, b 2, f 2, f 3

Bewegungsgestaltung (b)

- Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (1)
- Variationen von Bewegung (z. B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)

Gesundheit (f)

- Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)
- unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (3)

Bewegungsfeld/Sportbereich 6.4	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	B	8	12		29

Gymnastische und tänzerische Übungen und Verbindungen mit einem selbst gewählten Handgerät präsentieren und bewerten

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- individuelle und gruppenbezogene Lösungen zum gymnastischen und tänzerischen Bewegen mit einem Handgerät erarbeiten und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern (1)
- in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Geschicklichkeit mit dem Handgerät, Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) - auch in der Gruppe - anwenden und zielgerichtet variieren (2)

Methodenkompetenz (MK)

- ausgehend vom selbst gewählten Handgerät Kompositionen kriteriengeleitet - allein oder in der Gruppe - entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z. B. Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern (1)

Urteilskompetenz (UK)

- die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: b 1, b 2

Bewegungsgestaltung (b)

- Grundprinzipien und Formen von Bewegung (1)
- Gestaltungsformen und -kriterien (2)

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.2: Spielen in Regelstrukturen - Sportspiele	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Basketball	A/E	5	10		10

Thema des UV: Besser zu zweit als alleine! – sich beim Basketball (2 gegen 2) mit einem Mitspieler verständigen können

Kompetenzerwartungen: Angabe der Kurzform: 6 BWK 7.1, 6 BWK 7.2, 6 BWK 7.3, 6 BWK 7.4, 6 MK 7.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern (BWK 1)
- sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern taktisch angemessen verhalten (BWK 2)
- grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären (BWK 3)
- ein großes Mannschaftsspiel und ein Partnerspiel in vereinfachten Formen mit und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen (BWK 4)

Methodenkompetenz:

- grundlegende spielerische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden (MK 2)

Inhaltsfelder – inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, a3, e1

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Spielens (3)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: Spielen in Regelstrukturen – Sportspiele (Basketball)

Thema des UV (7.2): „Besser zu zweit als alleine! – sich beim Basketball (2 gegen 2) mit einem Mitspieler verständigen können“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • sich bemerkbar machen, um angespielt werden können • kluge Entscheidungen treffen (selbst werfen vs. passen) • grundlegende Regeln kennen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Freilaufen • Schrittfehler, Doppeldribbling 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen: Übungen zum Werfen, Dribbeln und Passen • Spiel 2-2: Anwendung im Spiel • Beobachtungsbogen zum Freilaufen / Sich-bemerkbar machen <p>Fachbegriffe Methodenkompetenz</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) 	<ul style="list-style-type: none"> • Wurfübungen • Dribbelübungen • Passübungen • Überzahlspiel • Spiel 2-2 (auf einen Korb, vereinfachte Streetball-Regeln) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelbewusstsein • Einsatzbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • technische Fertigkeiten • sicheres Dribbling • Wurftechnik (Ball über Kopfhöhe, Ellbogen zeigt in Wurf-richtung) • Passtechnik (druckvolle Pässe, keine „Bogenlampen“) <p>mit dem Mitspieler „gut“ zusammenspielen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sich Freilaufen • sich verbal und nonverbal bemerkbar machen, um angespielt zu werden • den Mitspieler wahrnehmen und anspielen

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.3: Spielen in Regelstrukturen - Sportspiele		Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Basketball		E	6	10		15

Thema des UV: Streetball – im Team klug und regelgerecht spielen können.

Kompetenzerwartungen: Angabe der Kurzform: 6 BWK 7.1, 6 BWK 7.2, 6 BWK 7.3, 6 BWK 7.4, 6 MK 7.1, 6 MK 7.2, 6 UK 7.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern (BWK 1)
- sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern taktisch angemessen verhalten (BWK 2)
- grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären (BWK 3)
- ein großes Mannschaftsspiel und ein Partnerspiel in vereinfachten Formen mit und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen (BWK 4)

Methodenkompetenz:

- einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und in der Praxis anwenden (MK 1)
- grundlegende spielerische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden (MK 2)

Urteilskompetenz:

- Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z.B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen. (UK 1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e1, e2

Kooperation und Konkurrenz (e)

- **Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**
- **Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)**

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: Spielen in Regelstrukturen – Sportspiele (Basketball)

Thema des UV (7.3): „Streetball – im Team klug und regelgerecht spielen können“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • sich bemerkbar machen, um angespielt werden können • kluge Entscheidungen treffen (selbst werfen vs. passen) • Streetballregeln kennen • den Raum nutzen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anbieten • Freilaufen • Schrittfehler, Doppeldribbling 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen: Übungen zum Werfen, Dribbeln und Passen • Spiel 3-3: Anwendung im Spiel • Beobachtungsbogen zum Sich-Anbieten/zur Raumausnutzung • Spielsituationen erläutern/Lösungen vorschlagen <p>Fachbegriffe Methodenkompetenz</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) 	<ul style="list-style-type: none"> • Wurfübungen • Dribbelübungen • Passübungen • Überzahlspiel 3 gegen 2 • Spiel 3-3 (auf einen Korb, Streetball-Regeln) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelbewusstsein • Einsatzbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • technische Fertigkeiten <ul style="list-style-type: none"> • sicheres Dribbling • Wurftechnik (Ball über Kopfhöhe, Ellbogen zeigt in Wurf-richtung) • Passtechnik (druckvolle Pässe, keine „Bogenlampen“) <p>Teamspiel im 3 gegen 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sich Freilaufen/Anbieten/den Raum ausnutzen • sich verbal und nonverbal bemerkbar machen, um angespielt zu werden • die Mitspieler wahrnehmen und anspielen • faires Spiel

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.4: Spielen in Regelstrukturen - Sportspiele		Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Basketball		E	7	10		21

Thema des UV: Die gegnerischen Spieler überlisten – komplexe Spielsituationen im Basketball wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln.

Kompetenzerwartungen: Angabe der Kurzform: 9 BWK 7.1, 9 BWK 7.2, 9 MK 7.1, 9 MK 7.2, 9 UK 7.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (BWK 1)
- 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 (BWK 2)

Methodenkompetenz:

- Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern (1)
- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden (2)

Urteilskompetenz:

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen (UK 1)

Inhaltsfelder – inhaltliche Schwerpunkte: e1, e2, e3

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: Spielen in Regelstrukturen – Sportspiele (Basketball)

Thema des UV (7.4): „Die gegnerischen Spieler überlisten – komplexe Spielsituationen im Basketball wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln.“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • sich bemerkbar machen, um angespielt werden können • kluge Entscheidungen treffen (selbst werfen vs. passen) • Streetballregeln kennen • den Raum nutzen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Finte (Fake) • Wurf-, Pass- und Dribbelfinten 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen: Übungen zum Werfen, Dribbeln und Passen • Stationenlernen: Übungen zum Verwenden von Wurf-, Pass- und Dribbelfinten. • Übungs- und Spielformen zum Spiel 1-1 • Spiel 3-3: Anwendung im Spiel • Beobachtungsbogen zur individuellen Spielfähigkeit • Spielsituationen (Foto, Film) erläutern/Lösungen vorschlagen <p>Fachbegriffe Methodenkompetenz</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) 	<ul style="list-style-type: none"> • Wurfübungen • Dribbelübungen • Passübungen • Spiel 1-1 • Spiel 2-2 • Spiel 3-3 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelbewusstsein • Einsatzbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • technische Fertigkeiten • sicheres Dribbling • Wurftechnik (Ball über Kopfhöhe, Ellbogen zeigt in Wurf-richtung) • Passtechnik (druckvolle Pässe, keine „Bogenlampen“) • Wurf-, Pass- und Dribbelfinten anwenden <p>Teamspiel im 3 gegen 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sich Freilaufen/Anbieten/den Raum ausnutzen • den Gegenspieler ausspielen • Finten ins individuelle Spiel einbauen • die Mitspieler wahrnehmen und anspielen • faires Spiel

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.7: Spielen in Regelstrukturen - Sportspiele		Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Basketball		D/E	8	8		30

Thema des UV: Gegeneinander spielen und gewinnen wollen - das ausgewählte Mannschaftsspiel regelkonform so wie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen.

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 7.1, 9 BWK 7.2, 9 BWK 7.3, 9 MK 7.2, 9 MK 7.3, 9 UK 7.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (BWK 1)
- 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 (BWK 2)
- konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden (BWK 3)

Methodenkompetenz:

- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden (MK 2)
- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen (MK 3)

Urteilskompetenz:

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen (UK 1)

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

Leistung (d)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: Spielen in Regelstrukturen – Sportspiele (Basketball)

Thema des UV (7.7): „Gegeneinander spielen und gewinnen wollen - das ausgewählte Mannschaftsspiel regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen.“ (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • ohne Ball aktiv werden (Schneiden zum Korb oder Block Stellen) • den Raum nutzen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cut (Schneiden zum Korb) • Give and go • Direkter Block • Indirekter Block • Pick and roll (Blocken und Abrollen) 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen: Übungen zum Werfen, Dribbeln und Passen • Übungs- und Spielformen zum Give and Go • Übungs- und Spielformen zum Stellen von Blöcken • Übungs- und Spielformen zum Pick and Roll • Beobachtungsbogen zur individuellen Spielfähigkeit <p>Fachbegriffe Methodenkompetenz</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) • Spielzüge (siehe links) 	<ul style="list-style-type: none"> • Wurfübungen • Dribbelübungen • Passübungen • Überzahlspiel 2-1 • Überzahlspiel 3-2 • Spiel 3-3 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelbewusstsein • Einsatzbereitschaft • Kennen der Fachbegriffe <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • technische Fertigkeiten <ul style="list-style-type: none"> • sicheres Dribbling • Wurftechnik • Passtechnik • „Richtige“ Blöcke stellen • Teamspiel im 3 gegen 3: <ul style="list-style-type: none"> • Ohne Ball aktiv werden (Schneiden zum Korb, Blöcke stellen) • sich Freilaufen/Anbieten/den Raum ausnutzen • die Mitspieler wahrnehmen und anspielen • faires Spiel

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.1	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Fußball	A, E	5	10		6

Thema des UV: Ballsicherheit im Fußball – Dribbeln, Passen, Stoppen (spielerisch) erlernen und anwenden

Kompetenzerwartungen: Angabe der Kurzform (gemäß Kartensatz) z. B.: 6 BWK 7.1.2.3, 6 MK 7.1.2, 6 UK 7.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die SuS können grundlegende technisch-koodinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern.

Die SuS können sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern taktisch angemessen verhalten.

Die SuS können grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären.

Methodenkompetenz:

Die SuS können einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und in der Praxis anwenden.

Die SuS können grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden.

Urteilskompetenz:

Die SuS können Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e 1,3; a 2,3

Angabe des 1. Inhaltsfeldes (a - f) e 1

- Kooperation und Konkurrenz – mit und gegeneinander

ggf. Angabe des 2. Inhaltsfeldes (a - f)

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen – grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (Bewegungsfeld 7)

Thema des UV (7.1): „Ballsicherheit im Fußball - Dribbeln, Passen, Stoppen (spielerisch) erlernen und anwenden“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spiel- und Übungsformen zum Dribbling (z.B. Dribbel-parcours) • Spiel- und Übungsformen zum Passen • Beim Passspiel kommunizieren (z.B. Blickkontakt) • Minispiele (2:1, 3:2, 2:2, 3:3) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ballsicherheit, Tempodribbling, Innenseitstoß, Ballannahme, Blickkontakt • Einfaches Regelverständnis 	<ul style="list-style-type: none"> • Spiel- und Übungsanleitungen lesen können (Legende) • von (spielerischen) Übungen, über dem Spiel in Überzahl zum Spiel in Gleichzahl <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Legende, • Stationenlernen • Gegner- und Zeitdruck 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Formen des Dribblings und Passen: auf Ballsicherheit dribbeln, Tempodribbling, kurze Pässe, lange Pässe • Entscheidungen treffen: Dribbeln oder Passen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spiel- und Übungsformen • Entscheidungs- und Handlungsschnelligkeit 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spiel- und Übungsformen demonstrieren und beschreiben • Spielverhalten <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausführungsqualität • Aktivität und Zusammenspiel, Umsetzung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Slalomdribbling, Passspiel mit Partner (Bank) • Sozialverhalten / Kommunikation in Kleingruppen <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität, Quantität

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.8

Fußball

Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
E, A	8	10		33

Thema des UV: Mädchen mit Jungs – koedukativ Fußball spielen

Kompetenzerwartungen: Angabe der Kurzform (gemäß Kartensatz) z. B. : 9 BWK 7.1.2, 9 MK 7.1.2.3, 9 UK 7.1.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die SuS können 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. Die SuS können sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren.

Methodenkompetenz:

Die SuS können Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern.

Die SuS können spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden.

Die SuS können Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen.

Urteilskompetenz:

Die SuS können die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.

Die SuS können den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e 1, e 2

Angabe des 1. Inhaltsfeldes (a - f)

Kooperation und Konkurrenz - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)

ggf. Angabe des 2. Inhaltsfeldes (a - f)

Kooperation und Konkurrenz - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF 7)

Thema des UV (7.8): „Mädchen mit Jungs – koedukativ Fußball spielen“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> erweiterte Übungsformen zum Passspiel (Doppelpass, mit Torabschluss etc.) erweiterte Übungsformen zur Ballan- und Ballmitnahme Leistung einschätzen (Beobachtungsbogen) Spiel 5:5 / 6:6 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> Schüler helfen Schüler vorgegebene Übungsformen werden von den SuS entsprechend dem Leistungsniveau variiert 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> Regeln verändern Beobachtungsbogen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> Sonderregeln, Zusatzaufgaben Bewegungsfluss, Effektivität, Genauigkeit, Tempo 	<p>Leistungsbewertung</p> <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> Spiel- und Übungsformen demonstrieren und beschreiben, verändern sich gegenseitig unterstützen Spielverhalten <p>Beobachungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> Kooperation, Aktivität Ausführungsqualität
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> Doppelpass, Freilaufen, Anschlussaktion 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> Legende Leistungsheterogenität 	<p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> Selbst- und Fremdeinschätzung Anwendung im Spiel <p>Beobachungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> Bewegungsfluss, Effektivität, Genauigkeit, Tempo 	

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.9		Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Fußball		E, D	9	12		37

Thema des UV: Fußball an Stationen – wir entwickeln und organisieren einen Wettkampf

Kompetenzerwartungen: Angabe der Kurzform (gemäß Kartensatz) z.B.: 9 BWK 7.2.3, 9 MK 7.3, 9 UK 7.1.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die SuS können sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren.

Die SuS können konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden.

Methodenkompetenz:

Die SuS können Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen.

Urteilskompetenz:

Die SuS können die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen. Die SuS können den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e 4, d 3

Angabe des 1. Inhaltsfeldes (a - f)

Kooperation und Konkurrenz - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen

ggf. Angabe des 2. Inhaltsfeldes (a - f)

Leistung - differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (BF bitte eintragen)

Thema des UV (7.9): „Fußball an Stationen – wir entwickeln und organisieren einen Wettkampf“ (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Es werden Spiele / Übungen entwickelt und geübt mit unterschiedlichen Schwerpunkten (Dribbling, Passspiel, Tricks/Finten, Kopfball, Spielformen, Ballkontrolle) • Organisation eines Wettkampfes zwischen Kleingruppen • Verständigung über ein Bewertungssystem der einzelnen Stationen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbewertung, Leistungsdifferenzierung 	<ul style="list-style-type: none"> • Schülerorientierung • Wettkampf als Anreiz für das Üben an den Stationen • heterogene Kleingruppen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationentraining • Stationskarten 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • technisch-koordinativer Umgang mit dem Ball • taktisches Verhalten im Spiel <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsformen entwickeln, Regeln festlegen • Organisation eines Abschlusswettkampfes • Üben an den Stationen <p>Beobachungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aktivität, Kooperation • Leistungssteigerung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • technisch-koordinative Ausführung • taktisches Verhalten <p>Beobachungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität, Quantität, Effektivität

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.5		<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (Volleyball)		A E	7	10		23

Wir spielen den Ball volley - Grundtechniken des Volleyballspiels erlernen und zunehmend im Spiel 1:1 sowie 2:2 mit- und gegeneinander einsetzen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern (1)
- sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielerinnen und Gegnerinnen bzw. Gegnern, taktisch angemessen verhalten (2)
- grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären (3)

Methodenkompetenz (MK)

- einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und in der Praxis anwenden (1)
- grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden (2)

Urteilskompetenz (UK)

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, a 3, e 1

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)

7.5 Wir spielen den Ball volley – Grundtechniken des Volleyballspiels erlernen und zunehmend im Spiel 1:1/2:2 mit- und gegeneinander einsetzen:
(Dauer des UV: 10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> Das Spielprinzip Volleyball verstehen → Punktgewinn durch gezieltes <i>Werfen</i> (Bodenkontakt im Feld des Gegners) → Feldverteidigung durch <i>Fangen</i> (Antizipation, Reaktion → Bodenkontakt im eigenen Feld vermeiden) Das Pritschen und Baggern durch herausfordernde Übungsformen entwickeln und zunehmend in das Spiel integrieren. Das Fangen & Werfen im Spiel zunehmend reduzieren (Kontaktzeiten verkürzen) und durch Pritschen und Baggern ersetzen. <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> Vom Fangen und Werfen zum Pritschen/ Baggern 	<ul style="list-style-type: none"> 1 gegen 1 „Ball über die Schnur“ (ein Ball kontakt = Fangen und Werfen vom selben Ort) Volleyballtechniken Partnerweise mit Hilfe von Lernkarten und Stationen entwickeln (Pritschen, Baggern, Aufschlag). Volleyballtechniken einsetzen im Spiel... → 1 mit 1 „Rekord-Volleyball“ (3 Ballkontakte) → 1 gegen 1 „heiße Kartoffel“ (3 Ballkontakte/ ggf. einmal Fangen erlaubt) → 2 gegen 2 „heiße Kartoffel“ (3 Ballkontakte/ ggf einmal Fangen erlaubt) Stetiger Wechsel von Spiel- und Übungsformen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> Spielorientiert (Ausgehend vom Spiel Übungsformen einsetzen) Partnerarbeit (Kooperation und Wettkampf) 	<p>Fangen & Werfen (Kontaktzeit verkürzen)</p> <ul style="list-style-type: none"> Pritschen, Baggern, Aufschlag v. unten KONTROLLE und Präzision VOR Kraft und Ungenauigkeit Flugbahn antizipieren Reaktion und Bewegung (Handlungsradius erweitern + Kontrolle verbessern) Orientierung im Feld Partner/ Gegner Wahrnehmen Lange Ballwechsel anstreben Punkte erzielen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> Fähigkeiten erweitern/ Techniken erlernen Vom kontrollierten Miteinander zum taktisch geprägten Gegeneinander 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> Beobachungskriterien z.B. <ul style="list-style-type: none"> – Stellung zum Ball – Kontrolle im Passspiel – Einsatz und Wille für das Miteinander Selbstbewertung und gegenseitige Bewertung anhand von Lernkarten/ Stationskarten mit Bewegungsaufgaben. Eigenständigkeit, Zielstrebigkeit, Übungswille der Partnergruppen im Stationsbetrieb (Methodenkompetenz) <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> Bewertung der Selbst und Fremdeinschätzung (Urteilskompetenz) Bewertung einzelner Bewegungsaufgaben, die im Stationsbetrieb vor die Wand + anschließendes Fangen des Balls in Pritschstellung (über der Stirn) innerhalb einer Zone (Matte). <p>Variationen: Aufschlag, Pritschen, Fangen - oder Aufschlag, Pritschen, Drehung, Fangen</p>

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.6	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (Volleyball)	E	8	10		28

Wir punkten im Volleyball – Grundtechniken des Volleyballspiels im Spiel 2:2 und 3:3 taktikbezogen einsetzen und verbessern.

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 3, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (1)
- konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden (3)

Methodenkompetenz (MK)

- Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern (1)
- spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden (2)

Urteilskompetenz (UK)

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e 1, e 2, e 3, e 4

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Vorschlag für die Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen im BF: 7.6 – Volleyball

Wir punkten im Volleyball – Grundtechniken des Volleyballspiels im Spiel 2:2 und 3:3 taktikbezogen einsetzen und verbessern:
(Dauer des UV: 10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Leistungsbewertung
<p>Das Spielprinzip Volleyball im Miteinander und Gegeneinander umsetzen.</p> <p>Miteinander:</p> <ul style="list-style-type: none"> Erlaubte Volleyballtechniken im Miteinander (1:1 und 2:2) erproben und verinnerlichen. Ballwechsel so lange wie möglich aufrecht erhalten (Rekordvolleyball). <p>Gegeneinander:</p> <ul style="list-style-type: none"> Das Feld mit erlaubten Mitteln (volleyballspez. Techniken) verteidigen Punkte erzielen; den Gegner zu Fehlern zwingen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> Abwehrverhalten, Abwehrtechniken, Spielaufbau, Angriffstechniken und -Taktiken 	<ul style="list-style-type: none"> 2 gegen 2 „Ball über die Schnur“ (3 Ballkontakte, letzter im Sprung) Volleyballtechniken Partnerweise mithilfe von Lernkarten/Stationen verbessern (Pritschen, Baggern, Aufschlag, + NEU Drive-Schlag) Volleyballtechniken im Spiel einsetzen... <p>→ 2 gegen 2 (3 Ballkontakte/ ggf. kurzes Fangen bei 1. oder 2. Kontakt erlaubt.</p> <p>→ 3 gegen 3 (3 Ballkontakte/ Aufgaben- und Raumverteilung mit einem festen Zuspieler entwickeln)</p> <ul style="list-style-type: none"> Stetiger Wechsel von Spiel- und Übungsformen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> Spielorientiert (Ausgehend vom Spiel Übungsformen einsetzen) Partnerarbeit (Kooperation und Wettkampf) 	<ul style="list-style-type: none"> Pritschen, Baggern, Aufschlag, Driveschlag KONTROLLE und Präzision VOR Kraft und Ungenauigkeit Antizipation und Abstimmung mit Partner(n) Reaktion und Bewegung (Handlungsradius erweitern + Kontrolle verbessern Orientierung im Feld Partner/ Gegner Wahrnehmen Lange Ballwechsel anstreben Punkte mit geordnetem Spielaufbau (1...2...3) erzielen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> Volleyballspezifische Fertigkeiten erweitern Vom kontrollierten Miteinander zum taktisch geprägten Gegeneinander 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> Beobachungskriterien z.B. <ul style="list-style-type: none"> Stellung zum Ball Passspielgenauigkeit Einsatz und Wille für das Miteinander Selbstbewertung und gegenseitige Bewertung anhand von Lernkarten/Stationskarten mit Bewegungsaufgaben. <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> Beobachungskriterien Bewertung von Bewegungsausführungen beim Pritschen, Baggern, Driveschlag Bewertung der Selbst und Fremdeinschätzung hinsichtlich der Bewegungsausführung (Urteilskompetenz)

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.10		Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (Volleyball)		D E	9	8	BF 7.2	39

Das Feld verteidigen und Lücken finden - Volleyball regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen.

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, MK 2, MK 3, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (1)
- 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 (2)
- konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden (3)

Methodenkompetenz (MK)

- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden (2)
- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen (3)

Urteilskompetenz (UK)

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d 1, d 2, e 1, e 2

Leistung (d)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Vorschlag für die Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen im BF: 7.10 – Volleyball

Das Feld verteidigen und Lücken finden – Volleyball regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen
(Dauer des UV: 8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Leistungsbewertung
<p>Anbahnung an das Spiel 6:6</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kommunizieren und Ball im Spiel halten • Zwingende Angriffe vorbereiten 	<ul style="list-style-type: none"> • Spiel 6:6 Entwickeln, Aufstellungen, Feld-Raumorganisation <p>Volleyballtechniken Partnerweise mithilfe</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pritschen, Baggern, Aufschlag, Driveschlag 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachungskriterien z.B.
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Block-Abwehrverhalten, Spielaufbau, Angriffstechniken und -Taktiken 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielorientiert (Ausgehend vom Spiel Übungsformen einsetzen) • Partnerarbeit (Kooperation und Wettkampf) 		<p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachungskriterien

Bewegungsfeld/ Sportbereich 8	Pädagogische Perspektive leitend/ ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nummer der UV
Gleiten, Fahren, Rollen - Bootssport	A/C	7	24	Vgl. UV Nr. 22 „Fit in Form - Skigymnastik“	„Stufe 7 – SKI“

Thema des UV: Skifreizeit Postalm – Die Jahrgangsstufe 7 fährt in den Schnee

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- sich unter Wahrnehmung der Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände durch Gleiten oder Fahren auf der Skipiste und im Skigebiet fortbewegen
- das Gleichgewicht auf Skiern regulieren
- die Ski in flachem Gelände parallel und im steileren im Pflug steuern
- die neutrale Körperposition als elementaren Bestandteil des Skifahrens erfahren und erläutern
- die Auswirkungen von Belastungsveränderungen erspüren und gezielt einsetzen – auch beim Liftfahren

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Regeln und Verhaltensweisen, die für ein Skifahren mit geringem Verletzungsrisiko unerlässlich sind, einhalten und erläutern (Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen)
- die wichtigsten Bezeichnungen für das Material benennen
- Pistenpläne lesen und sich damit orientieren
- Bewegungskorrekturen geben, bzw. sich selbst und andere durch Sensibilisierungsaufgaben beobachten
- Verantwortung durch die Übernahme von Rollen (als letzter oder erster der Gruppe fahren, etc.) übernehmen

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Unterschiede in Bezug auf das Fahrkönnen in der Gruppe einschätzen und tolerieren
- situative Anforderungen (z.B. durch das Sportgerät, das Gelände oder die Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden anpassen
- zwischen unterschiedlichen Aspekten der Skifreizeit (Naturerlebnis, Gruppenerlebnis, Bewegungsgestaltung, Leistungsmessung und Wagnissituation) unterscheiden und dies gemäß der situativen Gegebenheiten beurteilen

<i>Bewegungsfeld/Sportbereich 9.1</i>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Ringens und Kämpfen - Zweikampfsport</i>	<i>A E</i>	<i>5</i>	<i>8</i>		<i>8</i>

Fairness bei Gruppen-/Partnerkämpfen - Zweikämpfe spielerisch vorbereiten und beim Gegeneinander kooperieren

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (6 BWK 9.1 und 9.2

- *normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen*
- *sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und grundlegende Regeln dafür erläutern*

Methodenkompetenz 6 MK 9.1 und 9.2

- *grundlegende Regeln, Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden*
- *durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von Techniken zum Erfolg verhelfen*

Urteilskompetenz 6 UK 9.1

- *einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, e 1, e 3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*

Kooperation und Konkurrenz (e)

- *Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)*
- *(Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (3)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport)

Thema des UV (9.1): „Fairness bei Gruppen-/Partnerkämpfen - Zweikämpfe spielerisch vorbereiten und beim Gegeneinander kooperieren“
(8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Kooperativer und Sicherheitgerechter Auf- und Abbau von Matten • Anbahnung von Körperkontakt durch Aufwärmspiele • Verantwortung und Rücksicht für die Sicherheit des Partners übernehmen • Thematisierung von Lösungsmöglichkeiten bei unterschiedlichem Kampf und deren Akzeptierung (Losentscheidungen oder selbstgewählten Vereinbarungen) • Regelbewusstsein • Einnehmen einer Schiedsrichterrolle • Selbsteinschätzung der eigenen Fähigkeiten beim Ringen und Raufen 	<ul style="list-style-type: none"> • Partner und Kleingruppenarbeit • Selbstständiges Arbeiten • Kaiserturnier als eine faire Turnierorganisationsform • Losentscheidungen oder selbstgewählten Vereinbarungen bei unentschiedenem Kampf 	<ul style="list-style-type: none"> • Regeln zur Fairness beim Ringen und Raufen • kleine Spiele und Partnerübungen mit und ohne Gegenstände • Kämpfen mit Handicaps bei ungleichen Ausgangssituationen • Verschiedene Kämpfe, die verschiedene körperlichen Vorteile der einzelnen Kämpfer hervorheben) in Turnierform (Kaiserturnier) mit bzw. oder ohne Schiedsrichter 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auf- und Abbauverhalten • Regelbewusstsein • Einsatzbereitschaft • Mitwirkung bei der Turnierorganisation <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Im Kampf unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen Einsatzbereitschaft zeigen. • Regelgerechtes kämpfen und Entscheidungen des Schiedsrichters akzeptieren • Verantwortungsvolles Ausfüllen der Schiedsrichterrolle

<i>Bewegungsfeld/Sportbereich 9.2</i>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</i>	<i>A E</i>	8	8		27

Festhalten und Befreien - Lösungen für (Boden-)Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Kampf nutzen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, MK 2, UK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz 9 BWK 9.1 und 9.2

- *grundlegende technisch-kordinative Fertigkeiten (z. B. Techniken zum Fallen, Halten und Befreien) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z. B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und in ihrer Funktion erläutern (1)*
- *mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen (2)*

Methodenkompetenz 9 MK 9.1 und 9.2

- *Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten (1)*
- *kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben (2)*

Urteilskompetenz 9 UK 9.1 und 9.2

- *die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen (1)*
- *Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen (2)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, e 1, e 2, e 3, e 4

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- *Körpererfahrung und Körperempfindung (1)*

Kooperations- und Konkurrenzverhalten (e)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: (Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport)

Thema des UV (9.2): „Festhalten und Befreien - Lösungen für (Boden-)Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Kampf nutzen “ (8 Stunden)

Kommentar [Unbekannt]: Was soll Inhalt sein?? Judo, Ringen, Selbstverteidigung, Boxübungen, Fitnessstraining fürs Kämpfen (mit Kraft-raum...Stretching)...bitte jemand der mit einer Reihe zum RuK in Klasse 7bis9 gute Erfahrungen gemacht hat diese einfließen lassen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Verhaltensregeln einhalten • Eigenständiges Arbeiten • Verantwortung für die Sicherheit des Partners übernehmen 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstständige geeignete Partnerwahl • Übernahme von (Wett-)kampfscheidungen bspw. durch eine Schiedsrichterrolle • Selbstständiges Arbeiten 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausgehend von verschiedenen Haltegriffen sich befreien • technische Übungen zum Fallen, Halten und Befreien • taktische Übungen zum Ausweichen, Blocken und Fintieren • in Partnerarbeit und Kleingruppen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelbewusstsein • Einsatzbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Situationsgerechte Befreiung mit Hilfe eingeübter (standardisierter) Befreiungsgriffe sowie weitere Techniken aus ebenfalls eingeübten Haltegriffen.
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<p>Fachbegriffe</p> <p>Methodenkompetenz</p> <ul style="list-style-type: none"> • Halten an Regeln • Partnerarbeit 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Selbstverteidigung: Befreiungsgriffe • Haltegriffe • Befreiungsgriffe 	

Verbindliche Unterrichtsvorhaben (UV 1-4) in der EF am Gymnasium Frechen - August 2015

Unterrichtsvorhaben und Thema	Bewegungsfeld / Sportbereich (BF/SP)	Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz = BWK <i>Die Schülerinnen und Schüler können...</i>	Inhaltsfelder (a-f)	Übergreifenden Kompetenzen (Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz) <i>Die Schülerinnen und Schüler können...</i>	Mögliche Formen und Gegenstände der Leistungsbewertung
1: Diskuswurf / Speerwurf / Dreisprung, Hürdenlauf – Eine neu erlernte leichtathletische Disziplin im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten. (ca. 15 Std.)	BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik <i>Inhaltlicher Kern:</i> Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	... eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf).	a: Bewegungsstruktur und Bewegungen lernen <i>Inhaltlicher Schwerpunkt:</i> Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens	<i>Sachkompetenz:</i> ... unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. <i>Methodenkompetenz:</i> ... unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. <i>Urteilskompetenz:</i> ... den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.	<i>Bspw.:</i> <i>Präsentationen</i> <i>Demonstration</i> <i>Tests</i> <i>Kriterien gerechtes Handeln</i> <i>Individueller Könnensfortschritt</i>
			d: Leistung <i>Inhaltlicher Schwerpunkt:</i> Trainingsplanung und -organisation	<i>Urteilskompetenz:</i> ... den eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.	
2: Wir machen eine akrobatische Turnolympiade – Gestaltung einer akrobatischen Gruppenkür auf Basis wiederholender bodenturnerischer Elemente aus	BF/SB 5 Bewegen an Geräten – Turnen <i>Inhaltliche Kerne:</i> Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen	... unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Schwebelbalken, Schaukelringe) ausführen und miteinander kombinieren; ... turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer	b: Bewegungsgestaltung <i>Inhaltlicher Schwerpunkt:</i> Gestaltungskriterien	<i>Sachkompetenz:</i> ... Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern. <i>Methodenkompetenz:</i> ... Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. <i>Urteilskompetenz:</i> ... eine Gruppenchoreographie anhand von	<i>Bspw.:</i> <i>Präsentationen</i> <i>Demonstration</i> <i>Tests</i> <i>Kriterien gerechtes Handeln</i>

Verbindliche Unterrichtsvorhaben (UV 1-4) in der EF am Gymnasium Frechen - August 2015

<p>der Sek I sowie Gestaltung einer Kür an einem weiteren Gerät. (ca. 15 Std.)</p>	<p>Normungebundenen Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen</p>	<p>Ausführungskriterien präsentieren; ... Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.</p>	<p>c: Wagnis und Verantwortung</p> <p><i>Inhaltlicher Schwerpunkt:</i></p> <p>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</p>	<p>zuvor entwickelten Kriterien bewerten.</p> <p><i>Sachkompetenz:</i> ... den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.</p> <p><i>Methodenkompetenz:</i> ... in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.</p> <p><i>Urteilskompetenz:</i> ... den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.</p>	<p><i>Individueller Könnensfortschritt</i></p>
<p>3: Verpflichtend: Ein "Dauerlauf" UND ein "12-Minuten-Lauf" (vgl. schulinterne Bewertungstabellen): Die eigene Ausdauer gezielt trainieren und das eigene Training dokumentieren. (ca. 15 Std.)</p>	<p>BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</p> <p><i>Inhaltlicher Kern:</i></p> <p>Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß</p>	<p>... einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.</p>	<p>d: Leistung</p> <p><i>Inhaltlicher Schwerpunkt:</i></p> <p>Trainingsplanung und -organisation</p>	<p><i>Sachkompetenz:</i> ... allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern, ... unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern.</p> <p><i>Methodenkompetenz:</i> ... einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch).</p> <p><i>Urteilskompetenz:</i> ... ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.</p>	<p><i>Bspw.:</i></p> <p><i>Präsentationen</i></p> <p><i>Demonstration</i></p> <p><i>Tests</i></p> <p><i>Kriterien gerechtes Handeln</i></p> <p><i>Individueller Könnensfortschritt</i></p> <p>Erreichen normativer Leistungen</p>

Verbindliche Unterrichtsvorhaben (UV 1-4) in der EF am Gymnasium Frechen - August 2015

			<p>f: Gesundheit</p> <p><i>Inhaltlicher Schwerpunkt:</i></p> <p>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</p>	<p><i>Sachkompetenz:</i> ... Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.</p> <p><i>Methodenkompetenz:</i> ... sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen.</p> <p><i>Urteilskompetenz:</i> ... die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen.</p>	<p>Eigenständiges und zielführendes Aufwärmen</p>
<p>4a: 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. (ca. 15 Std.)</p>	<p>BF/SP 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</p> <p><i>Inhaltlicher Kern:</i></p> <p>Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)</p>	<p>... 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.</p>	<p>e: Kooperation und Konkurrenz</p> <p><i>Inhaltlicher Schwerpunkt:</i></p> <p>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</p>	<p><i>Sachkompetenz:</i> ... grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.</p> <p><i>Methodenkompetenz:</i> ... sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).</p> <p><i>Urteilskompetenz:</i> ... die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.</p>	<p><i>Bspw.:</i></p> <p><i>Präsentationen</i></p> <p><i>Demonstration</i></p> <p><i>Tests</i></p> <p><i>Kriterien gerechtes Handeln</i></p> <p><i>Individueller Könnensfortschritt</i></p> <p>Kooperatives Verhalten</p>
<p>4b: Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten in einem Mann-</p>	<p>BF/SP 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</p> <p><i>Inhaltliche Kern:</i></p>	<p>... in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden; ... Spielregeln aufgrund von verän-</p>	<p>e: Kooperation und Konkurrenz</p> <p><i>Inhaltlicher Schwerpunkt:</i></p>	<p><i>Sachkompetenz:</i> ... grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.</p> <p><i>Methodenkompetenz:</i></p>	<p><i>Bspw.:</i></p> <p><i>Präsentationen</i></p> <p><i>Demonstration</i></p>

Verbindliche Unterrichtsvorhaben (UV 1-4) in der EF am Gymnasium Frechen - August 2015

<p>schaftsspiel (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden. (ca. 15 Std.)</p>	<p>Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)</p>	<p>... derten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.</p>	<p>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</p>	<p>... sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).</p> <p><i>Urteilskompetenz:</i> ... die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.</p>	<p><i>Tests</i></p> <p><i>Kriterien gerechtes Handeln</i></p> <p><i>Individueller Könnensfortschritt</i></p> <p><i>Taktisches Verhalten</i></p>
<p>5: fakultativ: Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein - Mit Hilfe von Kurzhanteln und / oder Thera-Bändern in Form von selbst gewählten Dosierungen ein individuell angemessenes Fitnessprogramm zur Kräftigung großer Muskelgruppen (Arme, Beine, Rücken, Bauch) inklusive der passenden Dehnmethode demonstrieren. (ca. 15 Std.)</p>	<p>BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</p>	<p>... ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren; ... unterschiedliche Dehnmethode im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.</p>	<p>d: Leistung</p> <p><i>Inhaltlicher Schwerpunkt:</i></p> <p>Trainingsplanung und -organisation</p> <p>f: Gesundheit</p> <p><i>Inhaltlicher Schwerpunkt:</i></p> <p>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</p>	<p><i>Urteilskompetenz:</i> ... ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.</p> <p><i>Sachkompetenz:</i> ... Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.</p>	<p><i>Bspw.:</i></p> <p><i>Präsentationen</i></p> <p><i>Demonstration</i></p> <p><i>Tests</i></p> <p><i>Kriterien gerechtes Ausführen der Übungen</i></p> <p><i>Individueller Könnensfortschritt</i></p>

BEISPIELE für eine Profilbildung in der Qualifikationsphase (Q1 und Q2)

Grundlage: Kernlehrplan Sport für die Sekundarstufe II. Gymnasium/Gesamtschule in Nordrhein-Westfalen. 2014 (Heftnummer 4734)

„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 erste Schwerpunkt mit den jeweils zugehörigen Kompetenzerwartungen zu berücksichtigen“ (Kernlehrplan 2014, S. 30).

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergeben sich folgende *mögliche Kursprofile* (ausführliche Auflistung der Beispiel-Profile 1a und 3: s.u.)

Nr.	Mögliche Kursprofile (Beispiele)			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1a	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (Kugelstoßen, 3000m Lauf, Hochsprung)	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Basketball)	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
1b	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (Kugelstoßen, 3000m Lauf, Hochsprung)	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Fußball)	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
1c	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (Kugelstoßen, 3000m Lauf, Hochsprung)	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Volleyball)	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
1d	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (Kugelstoßen, 3000m Lauf, Hochsprung)	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Tischtennis/Badminton)	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
2 a-d	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (Fitness)	Spielen in und mit Regelstrukturen – (Basketball o. Fußball o. Volleyball o. Tischtennis o. Badminton)	a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	e - Kooperation und Konkurrenz
3	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (Fitness)	Bewegen an Geräten/Turnen (Boden und Barren/Reck/Ringe)	f - Gesundheit	a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
4	Gestalten / Tanzen / Darstellen	Bewegen an Geräten/Turnen (Boden und Barren/Reck/Ringe)	b - Bewegungsgestaltung	a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
5	Gestalten / Tanzen / Darstellen	Spielen in und mit Regelstrukturen – Partnerspiele (Badminton/Tischtennis)	b - Bewegungsgestaltung	e - Kooperation und Konkurrenz
6	Bewegen im Wasser - Schwimmen	Bewegen an Geräten/Turnen (Boden und Barren/Reck/Ringe)	d - Leistung	a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

<p>Spielzügen und Spielformen (z.B. 10er Ball)</p>		<p>kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BWK).</p>	<p>e</p> <p>e</p>	<p>Wettkämpfen anwenden,</p> <ul style="list-style-type: none"> • individualtaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. 	
<p>2 Ballkorobics/ Stepaerobic/ Springseilkür/ Jumpstyle</p>	<p>6</p>		<p>b</p> <p>b</p>	<p><u>Sachkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern, <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. 	<p>Präsentation</p>
<p>3 Kugelstoßen</p>	<p>3</p>	<p>Techniken in einer Stoßdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren (BWK).</p>	<p>d</p> <p>d</p>	<p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio). <p><u>Sachkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern. 	<p>Trainingstagebuch</p>
<p>4 Ausdauerlaufen mit Abnahme 3000m Lauf (vgl. schulinterne Bewertungstabellen)</p>		<p>Techniken in je einer Lauf-, unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren (BWK),</p> <p>Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Min.) (BWK).</p>	<p>d</p> <p>d</p> <p>d</p>	<p><u>Sachkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern, • physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio), 	<p>Normtabelle 3000m</p>

			<p>d</p> <p>f</p> <p>f</p>	<p><u>Sachkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen, • gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern, <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. 	
5 Hochsprung und Mehrkampf	<p>Techniken in je einer Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren, historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten (BWK),</p> <p>einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 3000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen (BWK).</p>	<p>a</p> <p>a</p> <p>d</p> <p>c</p>	<p><u>Sachkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben, <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen. <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen, <p><u>Sachkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. 		

Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2
Unterrichtsvorhaben (= UV) und Thema	Bewegungsfeld / Sportbereich = BF/SB	<u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz = BWK:</u> Die Schülerinnen und Schüler können...	Inhaltsfeld (a-f)	Übergreifenden Kompetenzen (Sachkompetenz = SK, Methodenkompetenz = MK, Urteilskompetenz = UK): Die Schülerinnen und Schüler können...	Mögliche Formen und Gegenstände der Leistungsbewertung								
1 Streetball	7	in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (BWK).	e e e e c	<p><u>Sachkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden, individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen, <p><u>Sachkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. 	Vgl. „Profile der Bewegungsfelder / Sportbereiche und ihre Bewertung“								
2 Alternative Spiele bspw. Ultimate Frisbee, Flagfootball, Korbball, Baseball usw.)		selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen (BWK).	e e	<p><u>Sachkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden, 									

			e	<ul style="list-style-type: none">• individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.	
			e	<p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.	

Beispiel Kurs-Profil 3:

**Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen
(Fitness)**

**Bewegen an Geräten/Turnen
(Boden und Barren/Reck/Ringe)**

Im Bewegungsfeld/Sportbereich 1 : „Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 33f):

- Formen der Fitnessgymnastik
- Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen
- Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung
- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode
- Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung

Im Bewegungsfeld/Sportbereich 5: „Bewegen an Geräten – Turnen“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 33f):

- Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen
- Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen
- Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen

Inhaltsfelder: „Bewegungsstruktur und Bewegungslernen“ (a) und „Gesundheit“ (f)

Q1	Q1	Q1	Q1	Q1	Q1	Q1	Q1	Q1	Q1	Q1	Q1	Q1	Q1	Q1
Unterrichtsvorhaben (= UV) und Thema	Bewegungsfeld / Sportbereich = BF/SB	<u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</u> = BWK: Die Schülerinnen und Schüler können...					Inhaltsfeld (a-f)	Übergreifenden Kompetenzen (Sachkompetenz = SK, Methodenkompetenz = MK, Urteilskompetenz = UK): Die Schülerinnen und Schüler können...					Mögliche Formen und Gegenstände der Leistungsbewertung	
1 Aufwärmen mit exemplarischen Dehnmethoden, Fitnesszirkel, funktionsgerechtes	1	Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen (BWK),					f	<u>Sachkompetenz:</u> • Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit					<i>Vgl. „Profile der Bewegungsfelder / Sportbereiche und ihre Bewertung“</i>	

<p>Bewegen</p>		<p>unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden (BWK),</p> <p>funktionsgerechte Bewegungen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden (BWK).</p>	<p>f</p> <p>f</p> <p>f</p> <p>d</p> <p>d</p>	<p>erläutern,</p> <ul style="list-style-type: none"> • gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern. <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio), • Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. 	
<p>2 Normgebundenes Bodenturnen Übung grundlegender Elemente sowie Partner- und Gruppenakrobatik</p>	<p>5</p>	<p>eine differenzierte Kürübung aus mehreren Einzelelementen auf technisch-koordinativ vertieftem Niveau an <i>einem</i> Wettkampfgerät demonstrieren (BWK),</p> <p>am Boden eine Partnerkür mit akrobatischen Elementen unter Berücksichtigung von Ausführungs- und Gestaltungskriterien präsentieren (BWK),</p>	<p>a</p> <p>a</p> <p>a</p>	<p><u>Sachkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben, • grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben, • grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische 	

		<p>an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen (BWK),</p> <p>Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden (BWK).</p>	<p>a</p> <p>a</p> <p>b</p> <p>b</p>	<p>Gesetzmäßigkeiten) erläutern.</p> <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden. <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen. <p><u>Sachkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. 	
<p>3</p> <p>Alternative Spiele bspw. Ultimate Frisbee, Flagfootball, Korbball, Baseball usw.)</p>	7		<p>e</p> <p>e</p>	<p><u>Sachkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden. 	
<p>4</p> <p>Ausdauer</p>	1	<p>sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten (BWK).</p>			

Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2	Q2
Unterrichtsvorhaben (= UV) und Thema	Bewegungsfeld / Sportbereich = BF/SB	<u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz = BWK:</u> Die Schülerinnen und Schüler können...	Inhaltsfeld (a-f)	Übergreifenden Kompetenzen (Sachkompetenz = SK, Methodenkompetenz = MK, Urteilskompetenz = UK): Die Schülerinnen und Schüler können...					Mögliche Formen und Gegenstände der Leistungsbewertung				
1 Krafttraining oder Koordinationstraining	1	selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (BWK).	f f f d d	<p><u>Sachkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern, • gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern. <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio), • Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. 					Vgl. „Profile der Bewegungsfelder / Sportbereiche und ihre Bewertung“				

<p>2 Weiteres Gerät (Reck/ Barren /Ringe)</p>	<p>5</p>	<p>eine differenzierte Kürübung aus mehreren Einzelementen auf technisch-koordinativ vertieftem Niveau an einem <i>zweiten Wettkampfgerät</i> demonstrieren (BWK),</p> <p>Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden (BWK).</p>	<p>a a a a a</p>	<p><u>Sachkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben, • grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben, • grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern. <p><u>Methodenkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden. <p><u>Urteilskompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen. 	
<p>3 Parcoursbewältigung</p>	<p>5</p>	<p>an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen (BWK),</p> <p>Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden (BWK).</p>	<p>c</p>	<p><u>Sachkompetenz:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. 	

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (die 4 fettgedruckten Kompetenzen plus eine weitere sind verbindlich)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Beurteilungskriterien	Überprüfungsform	gut	ausreichend
Die Schülerinnen und Schüler können ...				
Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen,	<ul style="list-style-type: none"> • Sachgerechte Planung • Beachtung der Körpersymmetrie sowie Agonist und Protagonist • Korrekte Bewegungsausführung • Ggf. unter Aspekten der Gesundheitsorientierung: <ul style="list-style-type: none"> ○ Korrekte Bewegungsausführung / Körperhaltung ○ Geeignete Wahl der Belastungsfaktoren (Häufigkeit, Intensität, Umfang, Dauer, Dichte) ○ Geeigneter Zielpulsbereich 	<ul style="list-style-type: none"> • Schriftliche Ausarbeitung • Bewegungs-demonstration 	Ausgewählte Übungen werden sachgerecht und gesundheitsorientiert durchgeführt mit wenig Hilfe eines Partners	Die jeweiligen Übungen können nur überwiegend mit Hilfe von Rückmeldungen eines Trainingspartners sachgerecht und gesundheitsorientiert durchgeführt werden.
sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten,	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegen im geeigneten Pulsbereich • Gesamtbelastungsumfang (Strecke) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauerstagebuch • 30-minütige Ausdauerabnahme 	Die Ausdauerleistung wird ohne Unterbrechung in gleichmäßigem Tempo und einem geeigneten Pulsbereich durchgeführt und ein weiterer Belastungsumfang erreicht.	Das Tempo schwankt mehrfach und es werden kurze Phasen der Entlastung benötigt. Es wird nur ein geringer Belastungsumfang erreicht.
selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden,	<ul style="list-style-type: none"> • Geeignete Übungsauswahl und Übungsgestaltung • Zielführender Materialeinsatz • Übungsvariationen sowie Differenzierung der Übungen in 3 unterschiedlichen Anforderungsniveaus (Anfänger, Fortgeschrittene, Profis) • Aspekte der Gesundheitsorientierung (s.o.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Fitnesstagebuch • Verschriftlichte Übungsbeschreibungen • Bewegungs-demonstration 	Die Bewegungsausführung der Übungen orientiert sich an den Gesundheitsaspekten und wird intensiviert in Anlehnung an den eigenen Trainingsfortschritt.	Die Bewegungsausführung der Übungen orientiert sich ansatzweise an den Gesundheitsaspekten und wird nur teils intensiviert in Anlehnung an den eigenen Trainingsfortschritt.
unterschiedliche Dehnmetho-den (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden,	<ul style="list-style-type: none"> • Sachgerechtes Durchführen von Dehnübungen: <ul style="list-style-type: none"> ○ Ausführung ○ Körperhaltung ○ Dehnzeit ○ Atmung 	<ul style="list-style-type: none"> • Motorische Abnahme verschiedener Dehnübungen 	Die Übungen werden eigenständig sachgerecht durchgeführt.	Die Übungen werden überwiegend sachgerecht durchgeführt, jedoch bedarf es Unterstützung durch bspw. Übungskarten oder eines Partners.

<p><i>selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen,</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Geeignete Übungsauswahl und Übungsgestaltung • Zielführender Materialeinsatz • Übungsvariationen sowie Differenzierung der Übungen in 3 unterschiedlichen Anforderungsniveaus (Anfänger, Fortgeschrittene, Profis) • Aspekte der Gesundheitsorientierung (s.o.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Bspw. Bewegungsdemonstrationen • Bewegungskorrektur und Bewegungshilfe durch Übungspartner 	<p>Die Bewegungsausführung der Übungen orientiert sich an den Gesundheitsaspekten und wird intensiviert in Anlehnung an den eigenen Trainingsfortschritt.</p>	<p>Die Bewegungsausführung der Übungen orientiert sich ansatzweise an den Gesundheitsaspekten und wird nur teils intensiviert in Anlehnung an den eigenen Trainingsfortschritt.</p>
<p><i>funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Geeignete Übungsauswahl und Übungsgestaltung • Zielführender Materialeinsatz • Übungsvariationen sowie Differenzierung der Übungen in 3 unterschiedlichen Anforderungsniveaus (Anfänger, Fortgeschrittene, Profis) • Aspekte der Gesundheitsorientierung (s.o.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Bspw. Bewegungsdemonstrationen • Bewegungskorrektur und Bewegungshilfe durch Übungspartner 	<p>Die Bewegungsausführung der Übungen orientiert sich an den Gesundheitsaspekten und wird intensiviert in Anlehnung an den eigenen Trainingsfortschritt.</p>	<p>Die Bewegungsausführung der Übungen orientiert sich ansatzweise an den Gesundheitsaspekten und wird nur teils intensiviert in Anlehnung an den eigenen Trainingsfortschritt.</p>

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (die 3 fettgedruckten Kompetenzen plus eine weitere sind verbindlich)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Beurteilungskriterien	Überprüfungsform	gut	ausreichend
Die Schülerinnen und Schüler können ...				
Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren,	<ul style="list-style-type: none"> Nähe zur idealtypischen Bewegungsausführung der jeweiligen leichtathletischen Disziplin 	<ul style="list-style-type: none"> Demonstrationen Beobachtungsbogen Z.B. Tiefstart, Hürdenlauf, Staffelübergabe, Rückstoßtechnik beim Kugelstoßen, Speerwurf, Hangsprung, Dreisprungabsprung, Hochsprung, Flop/Schersprung 	Zeigt eine effiziente Ausführung der leichtathletischen Disziplin, bei der die wesentlichen Merkmale der idealtypischen leichtathletischen Bewegung deutlich zu beobachten sind.	Zeigt eine hinreichende Ausführung der leichtathletischen Disziplin, bei der eine Grobform wesentlicher Merkmale der idealtypischen leichtathletischen Bewegung zu beobachten ist.
einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 3000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen,	<ul style="list-style-type: none"> Planung, Organisation und Durchführung des Mehrkampfes (z.B. Sportabzeichen) Messbare Leistungen anhand der schulinternen Leistungstabellen 	<ul style="list-style-type: none"> Schriftliche Ausarbeitung der Wettkampfplanung; Demonstration der Organisation Punktuelle Leistungsmessung 	Erarbeitet eine detaillierte Planung eines leichtathletischen Wettkampfs und führt diesen regelgerecht durch (siehe schulinterne Leistungstabellen).	Erarbeitet eine Planung eines leichtathletischen Wettkampfs und führt diesen durch (siehe schulinterne Leistungstabellen).
Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten),	<ul style="list-style-type: none"> Effektivität des ausdauernden Trainings hinsichtlich der gewählten Zielsetzung (Gesundheit, individuelle Leistung, Wettkampf) Anstrengungsbereitschaft Motivation 	<ul style="list-style-type: none"> Kriterienorientierte Gestaltung und Ausarbeitung eines Ausdauertrainings Beobachtung des Laufens 	Die Ausgestaltungskriterien werden voll erfüllt. Es zeigt sich eine hohe Bereitschaft zum effektiven Lauftraining.	Die Ausgestaltungskriterien werden nur teilweise erfüllt. Beim Laufen zeigt sich eine erkennbare Bereitschaft.
<i>alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten,</i>	<ul style="list-style-type: none"> Nähe zur idealtypischen Bewegungsausführung der jeweiligen leichtathletischen Disziplin Messbare Leistungen 	<ul style="list-style-type: none"> Demonstrationen Beobachtungsbogen 	Zeigt eine effiziente Ausführung der leichtathletischen Disziplin, bei der die wesentlichen Merkmale der idealtypischen leichtathletischen Bewegung deutlich zu beobachten sind.	Zeigt eine hinreichende Ausführung der leichtathletischen Disziplin, bei der eine Grobform wesentlicher Merkmale der idealtypischen leichtathletischen Bewegung zu beobachten ist.
<i>historische leichtathletische Bewegungsformen (z.B. Hochsprünge in ihrer historischen Entwicklung bei olympischen Spielen) oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.</i>	<ul style="list-style-type: none"> Nähe zu den idealtypischen Bewegungsausführungen der verschiedenen leichtathletischen (Hochsprung-) Disziplinen Messbare Leistungen 	<ul style="list-style-type: none"> Demonstrationen Beobachtungsbogen 	Zeigt mehrere verschiedene historische Hochsprungvarianten (z.B. Hocksprung, Kreuzschnepersprung, Schersprung, Rollsprung, Straddle/Wälzer, Fosbury-Flop, Hay-Technik, 'Brogger'-Technik).	Zeigt mindestens zwei verschiedene historische Hochsprungvarianten in der Grobform.

BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen (die 2 fettgedruckten Kompetenzen plus zwei weitere sind verbindlich)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Beurteilungskriterien	Überprüfungsform	gut	ausreichend
Die Schülerinnen und Schüler können ...				
Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling- (Delfin-)schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende wettkampfgerecht ausführen,	<ul style="list-style-type: none"> • Schnelligkeit • Sicherheit • Technik 	<ul style="list-style-type: none"> • 100m-Zeitschwimmen • dauerhafte Beobachtung im Unterricht 	engagiertes Üben; gute Leistung gemäß der Zeittabelle; stabile, flache Wasserlage; Ausatmen unter Wasser; alternierender Armzug; gutes theoretisches Wissen zu den Schwimmtechniken und zu Start und Wende; gegenseitige Technikkontrolle	wenig Engagement; ausreichende Leistung gemäß der Zeittabelle; instabile, schräge Wasserlage; Ausatmen über Wasser; alternierender Armzug; ausreichendes theoretisches Wissen zu den Schwimmtechniken und zu Start und Wende
sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren,	<ul style="list-style-type: none"> • Schnelligkeit • gleichmäßig schwimmen • Theorie und Anwendung von trainingstheoretischen Inhalten 	<ul style="list-style-type: none"> • Zeitschwimmen • dauerhafte Beobachtung im Unterricht 	engagiertes Üben; gute Leistung gemäß der Zeittabelle; fundiertes theoretisches Wissen zu trainingstheoretischen Erkenntnissen	wenig Engagement; ausreichende Leistung gemäß der Zeittabelle; hinreichendes theoretisches Wissen zu trainingstheoretischen Erkenntnissen
<i>freie oder normierte Sprünge einzeln und in der Gruppe auswählen und präsentieren,</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Körperspannung; • Eintauchwinkel; • Besonderheiten (Handstand, Drehungen, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Sprünge vom 1-Meter- und 3-Meter-Brett 	wiederholt sicheres Springen und Eintauchen; wiederholt senkrecht eintauchen; wenig Wasserbewegung durch Eintauchwinkel und Körperspannung	seltenes sicheres Springen und Eintauchen; seltenes sicheres senkrecht eintauchen; viel Wasserbewegung, da Eintauchwinkel und Körperspannung nicht optimal
<i>beim Ballspielen im Wasser Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten fair und kooperativ anwenden,</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Technik • Taktik 	<ul style="list-style-type: none"> • Wasserballspiel / -Turnier 	spielsituationsspezifisches Verhalten in Angriff und Abwehr	wenig dynamisches, der Spielsituation nicht angepasstes Spielverhalten
<i>physikalische Besonderheiten des</i>				

<i>Mediums Wasser (Auftrieb, Vortrieb, Wasserwiderstand) in verschiedenen Handlungssituationen nutzen, um Bewegungstechniken je nach Anforderungen zieleffizient auszuführen bzw. um Bewegungen kreativ zu gestalten,</i>				
<i>Wettkampf- oder Spiel- oder Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen planen und gemeinschaftlich durchführen,</i>				
<i>Rettungsaufgaben mit Realitätsbezug (z.B. Auslösen der Rettungskette, Anschwimmen in Kleidung, Sicherung des zu Rettenden, Abschleppen, aus dem Wasser bringen, Wiederbeleben an einer Rettungspuppe) allein oder gemeinsam planen und bewältigen,</i>				
<i>komplexe Aufgabenstellungen beim Tauchen (auch mit Maske, Schnorchel und Flossen) unter Berücksichtigung der eigenen Leistungsfähigkeit und der anderer planen und bewältigen,</i>				
<i>eine selbstständig entwickelte Bewegungskomposition unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein oder gemeinsam präsentieren.</i>				

BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen (alle 5 fettgedruckten Kompetenzen sind verbindlich)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Beurteilungskriterien	Überprüfungsform	gut	ausreichend
Die Schülerinnen und Schüler können ...				
eine differenzierte Kürübung aus mehreren Einzelelementen auf technisch-koordinativ vertieftem Niveau an zwei Wettkampfgeräten demonstrieren,	<ul style="list-style-type: none"> • Gestalterische Elemente einbauen • Normierte Übungsfiguren darstellen • (Ganz-) Körperspannung 	<ul style="list-style-type: none"> • Vorturnen • Erarbeitungsskizzen schriftlich ausformulierter Ablaufplan 	Zeigt dauerhaft ästhetisch-turnerische Elemente auf erhöhtem Niveau. Ein konsequent sicheres Turnen ist deutlich zu erkennen.	Zeigt nur teils ästhetisch-turnerische Elemente auf erhöhtem Niveau. Ein konsequent sicheres Turnen ist nur ansatzweise zu erkennen.
eine komplexe Gruppen- oder Einzelgestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination normgebunden oder normungebunden präsentieren,	<ul style="list-style-type: none"> • Gestalterische Elemente einbauen • Normierte Übungsfiguren darstellen • (Ganz-) Körperspannung 	<ul style="list-style-type: none"> • Vorturnen • Erarbeitungsskizzen – schriftlich ausformulierter Ablaufplan 	Zeigt dauerhaft ästhetisch-turnerische Elemente auf erhöhtem Niveau. Ein konsequent sicheres Turnen ist deutlich zu erkennen.	Zeigt nur teils ästhetisch-turnerische Elemente auf erhöhtem Niveau. Ein konsequent sicheres Turnen ist nur ansatzweise zu erkennen.
am Boden eine Partnerkür mit akrobatischen Elementen unter Berücksichtigung von Ausführungs- und Gestaltungskriterien präsentieren,	<ul style="list-style-type: none"> • Gestalterische Elemente einbauen • Normierte Übungsfiguren darstellen • (Ganz-) Körperspannung 	<ul style="list-style-type: none"> • Vorturnen • Erarbeitungsskizzen – schriftlich ausformulierter Ablaufplan 	Zeigt dauerhaft ästhetisch-turnerische Elemente auf erhöhtem Niveau. Ein konsequent sicheres Turnen ist deutlich zu erkennen.	Zeigt nur teils ästhetisch-turnerische Elemente auf erhöhtem Niveau. Ein konsequent sicheres Turnen ist nur ansatzweise zu erkennen.
an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen.	<ul style="list-style-type: none"> • Gestalterische Elemente einbauen • Normierte Übungsfiguren darstellen • (Ganz-) Körperspannung 	<ul style="list-style-type: none"> • Vorturnen • Erarbeitungsskizzen – schriftlich ausformulierter Ablaufplan 	Zeigt dauerhaft ästhetisch-turnerische Elemente auf deutlich erhöhtem Niveau. Ein konsequent sicheres Turnen ist deutlich zu erkennen.	Zeigt nur teils ästhetisch-turnerische Elemente auf deutlich erhöhtem Niveau. Ein konsequent sicheres Turnen ist nur ansatzweise zu erkennen.
Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.	<ul style="list-style-type: none"> • Helfergriffe • Bewusstsein für Gefahrensituationen • Sicheres Auf- und Abbauen 	<ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungssituationen • Klassengespräch • ggf. Test 	Die Helfergriffe werden angemessen eingesetzt und sachlich korrekt zugeordnet.	Die Helfergriffe werden nur teilweise angemessen eingesetzt und nur manchmal korrekt zugeordnet.

BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste (alle 5 fettgedruckten Kompetenzen sind verbindlich)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Beurteilungskriterien	Überprüfungsform	gut	ausreichend
Die Schülerinnen und Schüler können ...				
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,	<ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterien • Bewegungsfluss • Ausführungsqualität der Elemente • Bewegungskreativität/ Kreativität 	<ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer selbst erarbeiteten Bewegungskomposition 	technisch richtige Ausführung der meisten Elemente; Übungen mittlerer Schwierigkeit in dichter Folge mit gelungenen Übergängen; meist sichere Handhabung der Objekte; gute Körperhaltung; weitgehend harmonischer Bewegungsfluss; Verwendung unterschiedlicher Gestaltungskriterien deutlich erkennbar.	wiederholt technische Fehler; zu kleinräumige und teilweise unsichere Führung der Objekte; Körperhaltung oft fehlerhaft; Bewegungsfluss wiederholt unterbrochen; Variation anhand verschiedener Gestaltungskriterien nur in Ansätzen erkennbar
selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren,	<ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterien • Bewegungsfluss • Ausführungsqualität • Bewegungskreativität/ Kreativität 	<ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer selbst erarbeiteten Bewegungskomposition 	gute Ausführungsqualität; weitgehend harmonischer Bewegungsfluss; vielfältige Bewegungen vorhanden; Verwendung unterschiedlicher Gestaltungskriterien deutlich erkennbar.	mangelnde Qualität der Bewegungsausführungen; Bewegungsfluss wiederholt unterbrochen; Variation anhand vielfältiger Bewegungen sowie verschiedener Gestaltungskriterien nur in Ansätzen erkennbar.
selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Pantomime, Bewegungstheater, Jonglieren) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein oder in der Gruppe präsentieren,	<ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterien • Bewegungsfluss • Ausführungsqualität • Bewegungskreativität/ Kreativität 	<ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer selbst erarbeiteten Bewegungskomposition 	gute Ausführungsqualität; weitgehend harmonischer Bewegungsfluss; vielfältige Bewegungen vorhanden; Verwendung unterschiedlicher Gestaltungskriterien deutlich erkennbar.	mangelnde Qualität der Bewegungsausführungen; Bewegungsfluss wiederholt unterbrochen; Variation anhand vielfältiger Bewegungen sowie verschiedener Gestaltungskriterien nur in Ansätzen erkennbar.
Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungsverhaltens - insbesondere der Improvisation - nutzen,	<ul style="list-style-type: none"> • Material- /Objekteinsatz • Bewegungsfluss • Ausführungsqualität • Kreativität 	<ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Bewegungshandlung 	Objekte oder Materialien werden passend in die Bewegungshandlung mit einbezogen und gut genutzt.	Objekte oder Materialien werden nur in Ansätzen passend in die Bewegungshandlung mit einbezogen und unzureichend genutzt

<p>ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungs- und Ausführungskriterien • Bewegungsfluss • Ausführungsqualität • Kreativität 	<ul style="list-style-type: none"> • Präsentation 	<p>spezifische Gestaltungs- und Ausführungskriterien sind deutlich erkennbar, Gestaltung ist abwechslungsreich.</p>	<p>spezifische Gestaltungs- und Ausführungskriterien sind ansatzweise erkennbar, Gestaltung ist wenig abwechslungsreich.</p>
---	---	--	--	---

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

(ein Mannschaftsspiel oder ein Partnerspiel ist verbindlich; beide fettgedruckten Kompetenzen sind verbindlich, eine weitere Kompetenz ist verbindlich)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:	Beurteilungskriterien	Überprüfungsform	gut	ausreichend
Die Schülerinnen und Schüler können ...				
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,	<ul style="list-style-type: none"> • Fairness • Regelgerechtes Verhalten • technische Fähigkeiten • grundlegendes individualtaktisches Können (bspw. Laufwege) 	<ul style="list-style-type: none"> • Übungs- und Spielformen (bspw. Spielzüge) • Demonstrationen; • Beobachtungsbogen • Ggf. Test (Regeln/Taktik) 	Zeigt einen dauerhaft sicheren Umgang mit dem Spielgerät und erkennt regelmäßig angemessene Handlungs- und Entscheidungsmuster sowie faires Verhalten.	Zeigt nur gelegentlich einen sicheren Umgang mit dem Spielgerät und kann diesen nur teilweise im individualtaktischen Bereich anwenden. Das sportliche Verhalten ist nicht immer fair.
in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfvhalten bewältigen,	<ul style="list-style-type: none"> • Umsetzung individualtaktischer und Partner-/Gruppentaktische Elemente 	<ul style="list-style-type: none"> • (Angepasstes) Wettkampfspiel. • Beobachtungsbogen • Ggf. Test (Regeln/Taktik) 	Wendet taktisches Spielverhalten zielführend und konsequent an.	Wendet taktisches Spielverhalten nur ansatzweise zielführend und gelegentlich an.
selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen,	<ul style="list-style-type: none"> • Regelgerechtes Verhalten • Fairness • Spielgestaltungskriterien 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielbeschreibungen • Spieldurchführungen • Spielanalysen 	Erkennt die Grundstrukturen des jeweiligen Spiels und wandelt diese angemessen der Zielsetzung um und spielt motiviert und engagiert.	Erfasst Grundstrukturen des jeweiligen Spiels nur ansatzweise und kann auch nur ansatzweise ein Spiel gemäß der Zielsetzung variieren. Das Spielverhalten ist sporadisch motiviert.
Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.	<ul style="list-style-type: none"> • Regelgerechtes Verhalten • Fairness • Spielgestaltungskriterien 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielbeschreibungen • Spieldurchführungen • Spielanalysen 	Erkennt die Grundstrukturen des jeweiligen Spiels und wandelt diese angemessen der Zielsetzung um und spielt motiviert und engagiert.	Erfasst Grundstrukturen des jeweiligen Spiels nur ansatzweise und kann auch nur ansatzweise ein Spiel gemäß der Zielsetzung variieren. Das Spielverhalten ist sporadisch motiviert.

BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootssport/Wintersport

<i>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</i>	<i>Beurteilungskriterien</i>	<i>Überprüfungsform</i>	<i>gut</i>	<i>ausreichend</i>
Die Schülerinnen und Schüler können				
- grundlegende Techniken der ausgewählten Gleit-, Fahr- oder Rollsportarten sicher ausführen und sie in unterschiedlichen Situationen (u.a. Gelände, Witterungsbedingungen) einsetzen,				
- in komplexen Situationen Fähigkeiten und Fertigkeiten mit dem jeweiligen Fahr-, Roll- oder Gleitgerät variabel demonstrieren,				
- eine sportartspezifisch festgelegte Lang- und/oder Kurzstrecke in einer bestimmten Zeit unter wett-kampfnahen Bedingungen absolvieren.				

BF/SB 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

<i>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</i>	<i>Beurteilungskriterien</i>	<i>Überprüfungsform</i>	<i>gut</i>	<i>ausreichend</i>
Die Schülerinnen und Schüler können				
- in Kampfsituationen unterschiedliche Positionen und Bewegungen der Gegnerin bzw. des Gegners zum eigenen Vorteil nutzen,				
- in Zweikampfsituationen günstige Bedingungen herstellen, um eigenes Angriffsverhalten erfolgreich zu realisieren,				
- durch angemessene Verteidigungs-/Konterhandlungen oder/und vielseitige taktische Angriffsmaßnahmen (z.B. Manöver, Kombination) zum Erfolg gelangen.				

Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen

in der Leistungsbewertung

Generelle Absprachen zur Leistungsbewertung, die unabhängig vom Bewegungsfeld und den jeweiligen Inhaltsfeldern getroffen werden können: Bewertet wird, wie der Schüler

1. sein Bewegungskönnen zeigt (u. a. technisches, taktisches, konditionelles, kreativ-gestalterisches Können),
2. sich auf Unterrichtssituationen einlässt,
3. Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringt,
4. Erfahrungen, Kenntnisse strukturiert wiedergibt,
5. Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern kann,
6. motorische Grundeigenschaften funktionell erweitert hat,
7. sportliches Können weiterentwickeln kann und
8. sportliches Handeln zusammen mit anderen regeln kann

A. Verbindliche und mögliche Absprachen über Lernerfolgskontrollen im Bereich „Sonstige Mitarbeit“:

1. Sportmotorische Leistungen in den Bewegungsfeldern/Sportbereichen werden quantitativ und qualitativ bewertet.
2. Die einem Bewegungsfeld/Sportbereich zugehörigen konditionellen und koordinativen Fähigkeiten müssen in die Bewertung einbezogen werden.

Konkretisierung zu 1 und 2:

- *mindestens eine quantitative Messung und/oder eine qualitative Messung (z.B. Demonstration) pro Halbjahr (abhängig vom Kursprofil)*
 - *mindestens ein Test zu einem konditionellen Leistungsfaktor (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit) bezogen auf die profilbildenden Bewegungsfelder und Sportbereiche*
3. Überprüft und bewertet werden Lernerfolge hinsichtlich fachspezifisch wichtiger Schlüsselqualifikationen (Beharrlichkeit, Leistungsbereitschaft, Kreativität, etc.).
 4. Überprüft und bewertet werden fachliche Kenntnisse und methodische Fähigkeiten.

Konkretisierung zu 3 und 4:

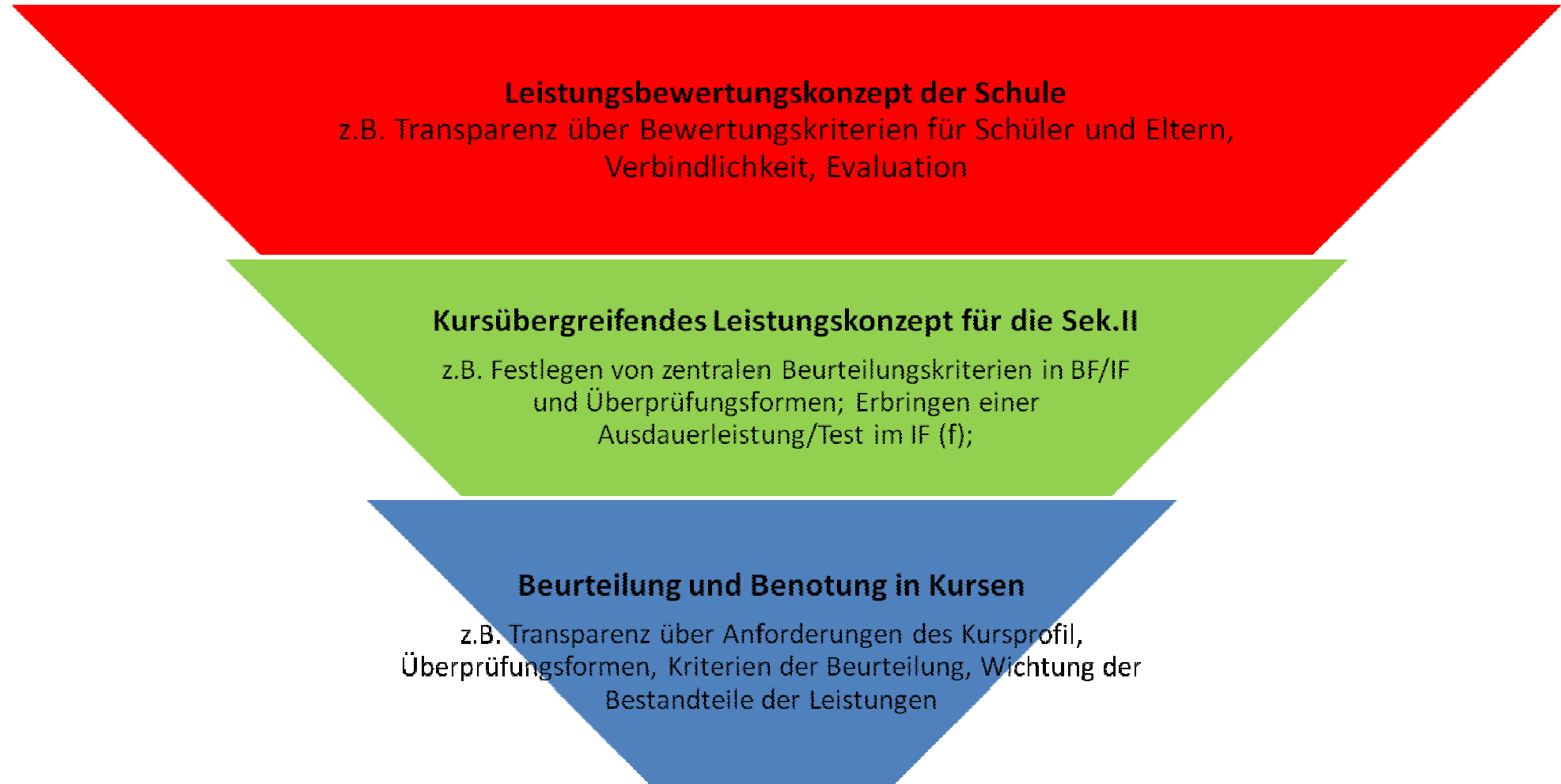
- *Kooperation wird gemäß dem gemeinsam erarbeiteten **Bewertungsbogen**¹ bewertet.*
- *Einmal in der Qualifikationsphase muss eine Gruppenleistung bewertet werden*
- *Überprüfungsformen zu 4 sind in erster Linie Beiträge zur Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsgesprächen. Einmal in der Qualifikationsphase **muss eine schriftliche Übung durchgeführt werden.***

¹ s. Teil D

Kriterien für die Bewertung des Teilbereichs Kooperation im Sportunterricht als Bestandteil der „Sonstigen Mitarbeit“

sehr gut	gut
<p>Die Schülerin/der Schüler</p> <p>arbeitet mit anderen sehr kooperativ und verantwortungsbewusst zusammen, ist aufgeschlossen gegenüber anderen, ist meinungsbildend und gleichzeitig tolerant.</p>	<p>Die Schülerin/der Schüler</p> <p>arbeitet mit anderen erfolgreich zusammen, ist zuverlässig, initiativ und hilfsbereit.</p>
befriedigend	ausreichend
<p>Die Schülerin/der Schüler</p> <p>verhält sich in der Gruppe kooperativ, kommunikationsfreudig und mitteilungsbereit.</p>	<p>Die Schülerin/der Schüler</p> <p>ist nicht immer bereit mit anderen zusammenzuarbeiten, hält sich mehr im Hintergrund.</p>
mangelhaft	ungenügend
<p>Die Schülerin/der Schüler</p> <p>hat Mühe mit anderen zusammenzuarbeiten und braucht wiederholt genaue Arbeitsanweisungen. Die Umgangsformen sind eher konfrontativ als kooperativ.</p>	<p>Die Schülerin/der Schüler</p> <p>zeigt sich wiederholt unwillig mit anderen zusammenzuarbeiten, ist uneinsichtig und unbelehrbar. Die Umgangsform ist ausschließlich konfrontativ.</p>

- Leistungsbewertungskonzept – Fach Sport Sek.II



Leistung und ihre Bewertung – Leistungskonzept des Gymnasiums der Stadt Frechen

Die Leistungsbeurteilung erfolgt auf der Grundlage des Kernlehrplans Sport NRW und berücksichtigt die Stimmigkeit von Lernerfolgsüberprüfungen im Gesamtzusammenhang des Kernlehrplans Sport. Sie orientiert sich am spezifischen Lernvermögen und an den im Lehrplan beschriebenen Kompetenzerwartungen, wobei neben den Ergebnissen auch die Prozesse selbst einzubeziehen sind.

1. Grundsätze der Leistungsbewertung

Folgende Grundsätze zur Leistungsbewertung im Fach Sport werden von der Fachkonferenz Sport verbindlich festgelegt:

- **Bewertung auf der Grundlage der Bewegungsfelder/ Sportbereiche**

Leistungsbewertung im Laufe der Sekundarstufe I und II bezieht sich auf alle Bewegungsfelder und Sportbereiche. Es wird sichergestellt, dass sich die Leistungsbewertung entsprechend der Anzahl und inhaltlichen Schwerpunkte der Kompetenzerwartungen verhält, eine Beschränkung auf einzelne Bewegungsfelder und Sportbereiche/Kompetenzerwartungen ist nicht erlaubt.

- **Bewertung unter Berücksichtigung aller Kompetenzbereiche**

Der Sportunterricht ist einem Unterrichtsprinzip der reflektierten Praxis verpflichtet. Deshalb ist der Bereich Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz jeweils Ausgangspunkt für die Entfaltung der Methoden- und Urteilskompetenz.

Die Leistungsbewertung im Fach Sport bezieht sich auf alle Kompetenzbereiche gemäß dem Kernlehrplan Sport:

- Das Einbringen von *Leistungen im Bereich der Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz* bezieht sich auf psycho-physische, technisch-koordinative, taktisch-kognitive sowie ästhetisch-gestalterische Fertigkeiten und Fähigkeiten. Darüber hinaus berücksichtigt dieser Kompetenzbereich aber auch das Einbringen systematischen, grundlegenden Wissens in den Bereichen Bewegung, Spiel und Sport. Von zentraler Bedeutung für die Realisierung des eigenen sportlichen Handelns und für sportliches Handeln im sozialen Kontext ist, über sporttheoretisches Hintergrundwissen sowie Fach- und Sachkenntnisse aus den unterschiedlichen Sinnggebungsbereichen des Sports zu verfügen und mit diesem Wissen situationsangemessen umgehen zu können.
- Das Einbringen von *Leistungen im Bereich der Methodenkompetenz* bezieht sich auf methodisch-strategische wie auch sozial-kommunikative Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens allein und in der Gruppe. Einerseits sind grundlegende Verfahren, sportbezogene Informationen und relevantes Fachwissen zu beschaffen, aufzubereiten, zu strukturieren. Andererseits sind Verfahrenkenntnisse und Fähigkeiten, sich selbstständig strukturiert und systematisch mit Aufgaben aus den Bereichen sportlichen Handelns auseinander zu setzen und eigenverantwortlich angemessene Lösungswege sowie Handlungspläne zu entwerfen in die Leistungsbewertung einzubeziehen. Darüber hinaus sind Verfahren in die Leistungsbewertung im Sportunterricht einzubeziehen, die sporttypischen Handlungssituationen in der Gruppe angemessen zu berücksichtigen.
- Das Einbringen von *Leistungen im Bereich der Urteilskompetenz* ist eng verknüpft mit Leistungen in allen Kompetenzbereichen. Es umfasst eine kritische Auseinandersetzung mit dem erarbeiteten fachlichen und methodischen Hintergrundwissen und der erlebten sportlichen Wirklichkeit, indem das selbstständige, auf Kriterien gestützte begründete Beurteilen im Mittelpunkt steht. Dies impliziert das Finden eines eigenen Urteils ebenso wie das verständigungsorientierte Abwägen und den verständnis-

voll reflektierten Umgang mit anderen auch in der Sportpraxis. Urteilskompetenz zielt somit auf argumentativ schlüssiges Abwägen und Beurteilen, das sich sowohl auf sportpraktische Erfahrungen als auch auf fachliche und methodische Kenntnisse stützt. Darüber hinaus zielt das Reflektieren und Einordnen von Lernerfahrungen im Zusammenhang mit verschiedenen Sinnrichtungen und Motiven sportlichen Handelns auf den Sinn des eigenen Tuns ab. Andererseits bezieht sie aber auch die kritische Auseinandersetzung mit Bewegungs-, Spiel- und Sportkulturen ein.

• **Bewertung vor dem Hintergrund sportbezogener Verhaltensdimensionen**

Folgende Aspekte sportbezogenen Verhaltens werden für die Leistungsbewertung angemessen berücksichtigt, wobei die Angemessenheit und der Anteil an der Bewertung vom Anteil und von der jeweiligen Bedeutung innerhalb eines Unterrichtsvorhabens abhängen.

- *Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen* spielen im Sportunterricht eine bedeutsame Rolle. Leistungen in diesem Bereich beziehen sich auf das selbstständige und verantwortliche Gestalten von sportlichen Handlungssituationen. Sie berücksichtigen das Herrichten von Spielflächen und Geräten, das Verteilen von Rollen oder die Bildung von Mannschaften, das Vereinbaren von Regeln. Darüber hinaus beziehen sie sich – altersangemessen – auf gegenseitige Beratung, Hilfe sowie Korrektur beim Lernen, Üben und Trainieren.
- *Anstrengungsbereitschaft* spielt in der Leistungsbewertung produkt- und prozessbezogen eine wesentliche Rolle. Einerseits bezieht sich Anstrengungsbereitschaft konkret auf das unterrichtliche Geschehen und die Bereitschaft, darin engagiert und motiviert mitzuarbeiten. Andererseits bezieht sich Anstrengungsbereitschaft aber auch auf die Fähigkeit, selbstständig und eigenverantwortlich die eigene psycho-physische Leistungsfähigkeit kontinuierlich und vertieft auch außerhalb des Unterrichts zu verbessern und zu erhalten, um darin erfolgreich mitarbeiten zu können.
- *Selbstständigkeit* bezieht sich in der Leistungsbewertung im Sportunterricht auf die Fähigkeit, beim Geräteaufbau und -abbau zu helfen und Eigenverantwortung für die Sicherheit im Sportunterricht zu gewährleisten. Darüber hinaus geht es auch darum, sich im Sportunterricht selbstständig aufzuwärmen, intensiv zu üben und zu trainieren sowie sich auf den Sportunterricht angemessen vor- und nachzubereiten sowie für eine angemessene Sportbekleidung zu sorgen.
- *Fairness, Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit* beziehen sich darauf, sich im jeweiligen Unterrichtsvorhaben an die Regeln des fairen Umgangs miteinander zu halten, die Bereitschaft zu zeigen, berechnete Interessen auch mal zurückzustellen, sowie in allen Gruppen konstruktiv mitzuarbeiten und sich gegenseitig zu unterstützen.

• **Bewertung vor dem Hintergrund individuellen Leistungsvermögens**

Die Leistungsbewertung zielt darauf ab, Schülerinnen und Schüler individuelle Rückmeldungen über ihren Leistungsstand zu ermöglichen und sie vor dem Hintergrund ihres Leistungsvermögens individuell zu fördern und zu stärken. Sie ist damit einem pädagogischen Leistungsverständnis verpflichtet, das das individuelle Leistungsvermögen sowie der individuelle Lernfortschritt in der Leistungsbewertung angemessen berücksichtigt.

• **Bewertung vor dem Hintergrund von Transparenz und Angemessenheit**

Eine (sach-)gerechte Leistungsbewertung setzt voraus, dass Schülerinnen und Schüler sowie deren Erziehungsberechtigte jeweils zu Beginn des Schuljahres mit den Leistungsanforderungen des Sportunterrichts in der jeweiligen Jahrgangsstufe durch die Sportlehrkraft vertraut gemacht werden.

Die Sport unterrichtende Lehrkraft macht zu Beginn eines Unterrichtsvorhabens – neben der Darlegung der Zielsetzungen sowie der inhaltlichen Schwerpunkte – die Leistungsbewertung durch die Offenlegung der konkreten Leistungsanforderungen sowie der angestrebten Kompetenzen bzw. durch die gemeinsame Erarbeitung von Kriterien zur Leistungsbewertung transparent. Lern-, Übungs- und Prüfungssituationen stehen dazu inhaltlich und zeitlich in einem angemessenen Verhältnis zueinander.

Jeweils nach Abschluss eines Unterrichtsvorhabens werden die Schülerinnen und Schüler über ihren Lernfortschritt sowie entsprechende Maßnahmen zur individuellen (Leistungs-)Förderung im Sport informiert bzw. individuell beraten.

2. Formen der Leistungsbewertung

Die Leistungsbewertung erfolgt gemäß Kernlehrplan Sport in vielfältigen Formen, die verbindlich vorgegeben werden. Diese Vielfalt dient der Möglichkeit zur differenzierten individuellen Rückmeldung über das Erreichen von Zielsetzungen im Sportunterricht sowie über den Könnens- und Lernfortschritt in Form von Lernerfolgsüberprüfungen, um diese für die individuelle Entwicklungsförderung von Schülerinnen und Schülern zu nutzen. Lehrkräften dienen die Lernerfolgsüberprüfungen dazu, Konsequenzen für das weitere pädagogische Handeln im Unterricht abzuleiten. Deshalb benennt die Lehrkraft für jedes Unterrichtsvorhaben konkrete Leistungsanforderungen hinsichtlich einzubringender punktueller und unterrichtsbegleitender Formen der Überprüfung.

• **Prozessbezogene, unterrichtsbegleitende Lernerfolgsüberprüfung**

Sie erwachsen aus dem konkreten Unterrichtsgeschehen auf der Grundlage zuvor festgelegter, der Lerngruppe bekannter Kriterien. Sie stellen in besonderer Weise ein geeignetes Instrument zur individuellen Rückmeldung für das Erreichen von Lernzielen im Unterricht dar. Deshalb ist eine möglichst zeitnahe Rückmeldung zur erbrachten Leistung erforderlich. Darüber hinaus ermöglichen prozessbezogene Lernerfolgsüberprüfungen in Form von Langzeitbeobachtungen, Lernleistungen in ihrer Stetigkeit einzuschätzen und durch deren langfristige Begleitung und Unterstützung kontinuierlich zu entwickeln. Das gilt vor allem für den Bereich von Verhaltensdispositionen im Sport, die sich in partnerschaftlichem fairem, kooperativen sowie tolerantem Verhalten zeigen. Die unterrichtsbegleitenden, prozessbezogenen Lernerfolgsüberprüfungen beziehen sich auf folgende Formen:

- selbstständiges Planen und Gestalten von Auf- und Abwärmprozessen
- Mitgestaltung von Unterrichtssituationen
- Helfen und Sichern, Geräteaufbau und -abbau, Schiedsrichter- und Kampfrichteraufgaben
- Selbst- und Fremdbeobachtung in sportlichen Handlungssituationen
- Anstrengungsbereitschaft, Willenskraft, Kooperations- und Teamfähigkeit, Leistungsbereitschaft
- Beiträge (mündlich): Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Beiträge zum Unterrichtsgespräch ...

• **Produktbezogene, punktuelle Lernerfolgsüberprüfung**

Sie setzen voraus, dass die Schülerinnen und Schüler mit den an sie gestellten Anforderungen aus dem Unterricht vertraut sind und dass hinreichend Gelegenheit zum Üben und Festigen des Erlernten im Unterricht bestand. Die Fachschaft Sport verständigt sich darüber, dass dies im Klassenbuch sorgfältig dokumentiert wird. Die punktuellen Lernerfolgsüberprüfungen (allein und/oder in der Gruppe) beziehen sich auf folgende Formen:

- Demonstration von Bewegungshandeln, Präsentationen technisch-koordinativer Fertigkeiten, taktisch-kognitiver sowie ästhetisch-gestalterischer Fähigkeiten
- Fitness-/ Ausdauerleistungstests
- Qualifikationsnachweise: Schwimmbabzeichen, Sportabzeichen
- Wettkämpfe: Mehrkämpfe, Turniere
- selbstständiges Planen und Gestalten von Auf- und Abwärmprozessen
- Selbst- und Fremdbeobachtung in sportlichen Handlungssituationen
- Schriftliche Beiträge zum Unterricht, z. B. Übungen, Skizzen, Plakate, Tabellen, Kurzreferate, Stundenprotokolle, Übungs- oder Trainingsprotokolle, Lerntagebücher, Portfolios
- Mündliche Beiträge zum Unterricht: z. B. Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Beiträge zum Unterrichtsgespräch ...

Wichtige Informationen zu den Entschuldigungsmodalitäten im Fach Sport

1. Grundsätzlich gilt das allgemeingültige Entschuldigungsverfahren.
2. Schüler, die am Vormittagsunterricht teilnehmen, aber aus gesundheitlichen Gründen nicht aktiv am Sportunterricht teilnehmen können, haben grundsätzlich Anwesenheitspflicht und müssen ihre Leistung je nach körperlicher Verfassung durch andere Aufgaben erbringen (mündliche Mitarbeit in Besprechungsphasen, Anleitung von Übungsgruppen, Einsatz als Schiedsrichter, Stundenprotokoll ...).
3. Sollte jemand sich so unwohl fühlen, dass er nicht dazu in der Lage ist, den Sportunterricht zu besuchen, hat er sich vorher *persönlich* beim Sportlehrer abzumelden. Wird der Sportlehrer nicht im Lehrerzimmer angetroffen, so ist eine schriftliche Nachricht im Fach zu hinterlegen.
4. Erfolgt diese Abmeldung nicht, so gelten die versäumten Stunden als unentschuldig.
5. Jede unentschuldigte Fehlstunde wird mit „nicht beurteilbar“ bewertet.
6. Hat ein Schüler viele unentschuldigte Fehlstunden, so kann eine Zeugnisnote nicht erteilt werden. Der Kurs gilt als „nicht beurteilbar“. Dies hat die gleichen Konsequenzen wie die Note „ungenügend“.
7. Handelt es sich um entschuldigte Stunden, ist eine Beurteilung erforderlich; Leistungen müssen ggf. in anderer Form erbracht werden (z.B. Hausarbeit, Referat ...).
8. Bei längerfristigen Erkrankungen oder Verletzungen muss ein Dauerattest in E 23 eingereicht werden. In diesem Fall wird mit der Bezirksregierung geklärt, ob andere Leistungen erbracht werden müssen oder ob auf dem Zeugnis „Attest“ stehen darf.

----- bitte ausfüllen, unterschreiben, abtrennen und zurück an Sportlehrer -----

Name: _____

Ich habe die Informationen zu den Entschuldigungsmodalitäten im Fach Sport zur Kenntnis genommen.

Unterschrift

Ort und Datum

STUFE 5 LEICHTATHLETIK BEWERTUNGSTABELLEN

Mädchen

Jgst.	Note	Dauerlauf ab (min)	50 m ab (s)	Weitsprung ab (m)	Hochsprung ab (m)	Wurf 80g ab (m)	12-Minutenlauf ab (m)
5	5	8	11,5	1,9	0,68	10	1200
	4	12	10,6	2,31	0,8	12,8	1500
	3	15	9,9	2,7	0,89	15,4	1750
	2	18	9,3	3,06	0,97	17,8	2000
	1	20	8,7	3,4	1,03	20	2200

Jungen

Jgst.	Note	Dauerlauf ab (min)	50 m ab (s)	Weitsprung ab (m)	Hochsprung ab (m)	Wurf 80g ab (m)	12-Minutenlauf ab (m)
5	5	8	11,2	2,13	0,76	14,4	1300
	4	12	10,4	2,52	0,85	19,5	1700
	3	15	9,7	2,89	0,94	24,3	2000
	2	18	9,1	3,24	1,02	28,8	2250
	1	20	8,5	3,56	1,1	33	2400

STUFE 6 LEICHTATHLETIK BEWERTUNGSTABELLEN

Mädchen

Jgst.	Note	Dauerlauf ab (min)	50 m ab (s)	Weitsprung ab (m)	Hochsprung ab (m)	Wurf 80g ab (m)	12-Minutenlauf ab (m)
6	5	10	11	2,01	0,74	12	1250
	4	14	10,2	2,45	0,85	15,8	1550
	3	18	9,5	2,86	0,94	19,2	1800
	2	21	8,9	3,24	1,03	22,3	2050
	1	24	8,4	3,6	1,1	25	2250

Jungen

Jgst.	Note	Dauerlauf ab (min)	50 m ab (s)	Weitsprung ab (m)	Hochsprung ab (m)	Wurf 200g ab (m)	12-Minutenlauf ab (m)
6	5	10	10,6	2,33	0,83	12	1350
	4	14	9,9	2,75	0,94	20,9	1750
	3	18	9,2	3,14	1,03	26	2050
	2	21	8,6	3,51	1,11	29,9	2300
	1	24	8,1	3,85	1,17	33	2500

STUFE 7 LEICHTATHLETIK BEWERTUNGSTABELLEN

Mädchen

Jgst.	Note	Dauerlauf ab (min)	50 m ab (s)	75 m ab (s)	Weitsprung ab (m)	Hochsprung ab (m)	Wurf 200g ab (m)	12-Minu-tenlauf ab (m)
7	5	11	10,4	15,4	2,12	0,8	10	1300
	4	16	9,7	14,4	2,59	0,92	14,1	1600
	3	21	9	13,5	3,03	1,02	18	1850
	2	24	8,5	12,7	3,43	1,11	21,6	2100
	1	27	8	11,9	3,8	1,18	25	2300

Jungen

Jgst.	Note	Dauerlauf ab (min)	50 m ab (s)	75 m ab (s)	Weitsprung ab (m)	Hochsprung ab (m)	Wurf 200g ab (m)	12-Minu-tenlauf ab (m)
7	5	11	10,1	14,6	2,52	0,89	16,4	1450
	4	16	9,4	13,7	2,97	1,01	23,9	1850
	3	21	8,8	12,9	3,39	1,11	30	2150
	2	24	8,3	12,1	3,77	1,19	35	2400
	1	27	7,8	11,4	4,13	1,25	39	2600

STUFE 8 LEICHTATHLETIK BEWERTUNGSTABELLEN

Mädchen

Jgst.	Note	Dauerlauf ab (min)	50 m ab (s)	Weitsprung ab (m)	Hochsprung ab (m)	Kugelstoß 3 kg ab (m)	Wurf 200g ab (m)	12-Minutenlauf ab (m)
8	5	12	14,9	2,23	0,86	3,5	11,5	1350
	4	18	14	2,7	0,97	4,7	16,7	1650
	3	23	13,1	3,14	1,06	5,7	21,5	1900
	2	27	12,3	3,55	1,15	6,5	25,9	2150
	1	30	11,6	3,92	1,22	7,2	30	2350

Jungen

Jgst.	Note	Dauerlauf ab (min)	75 m ab (s)	Weitsprung ab (m)	Hochsprung ab (m)	Kugelstoß 4 kg ab (m)	Wurf 200g ab (m)	12-Minutenlauf ab (m)
8	5	30	13,8	2,71	0,95	4,1	18,4	1500
	4	27	13	3,19	1,09	5,3	26,5	1900
	3	23	12,2	3,63	1,19	6,4	33,5	2200
	2	18	11,5	4,04	1,27	7,4	39,6	2450
	1	12	10,9	4,41	1,34	8,3	45	2700

STUFE 9 LEICHTATHLETIK BEWERTUNGSTABELLEN

Mädchen

Jgst.	Note	Dauerlauf ab (min)	75 m ab (s)	100 m ab (s)	Weitsprung ab (m)	Hochsprung ab (m)	Kugelstoß 3 kg	Schleuderball 1kg	Wurf 200 g ab (m)	800m ab (min:s)	12-Minutenlauf ab (m)
9	5	13	14,4	19	2,34	0,92	3,8	11,6	13	05:07	1400
	4	20	13,5	17,8	2,81	1,03	5	15,5	18,8	04:36	1700
	3	25	12,7	16,8	3,24	1,12	6	19	24,1	04:08	1950
	2	30	12	15,9	3,64	1,19	6,8	22,1	29	03:43	2200
	1	33	11,4	15	4,01	1,26	7,5	25	33,5	03:20	2400

Jungen

Jgst.	Note	Dauerlauf ab (min)	75 m ab (s)	100 m ab (s)	Weitsprung ab (m)	Hochsprung ab (m)	Kugelstoß 4 kg	Wurf 200 g ab (m)	1000m ab (min:s)	12-Minutenlauf ab (m)
9	5	13	13	17,1	2,89	1,01	4,5	20,4	04:45	1550
	4	20	12,3	16,1	3,41	1,15	5,8	29,4	04:21	1950
	3	25	11,6	15,2	3,88	1,26	7	37,2	03:59	2250
	2	30	11	14,3	4,31	1,35	8,1	44	03:38	2500
	1	33	10,4	13,6	4,7	1,43	9	50	03:20	2750

STUFE EF LEICHTATHLETIK BEWERTUNGSTABELLEN

Mädchen

Jgst.	Note	Dauerlauf ab (min)	100 m ab (s)	Weitsprung ab (m)	Hochsprung ab (m)	Kugelstoß 4 kg	Speerwurf 400 g	Speerwurf 400 g ab (m)	800m ab (min:s)	12-Minutenlauf ab (m)
EF Mädchen	5	14	18,5	2,45	0,98	3,6	10	14	05:00	1450
	4	21	17,4	2,9	1,07	4,6	13,1	18,2	04:28	1750
	3	27	16,4	3,32	1,15	5,6	15,9	21,9	04:00	2000
	2	31	15,5	3,71	1,22	6,5	18,6	25,2	03:36	2250
	1	35	14,7	4,07	1,29	7,3	21	28	03:15	2450

Jungen

Jgst.	Note	Dauerlauf ab (min)	100 m ab (s)	Weitsprung ab (m)	Hochsprung ab (m)	Kugelstoß 5 kg	Speerwurf 600 g ab (m)	1000 m ab (min:s)	12-Minutenlauf ab (m)
EF Jungen	5	14	16,4	3,06	1,07	4,3	13	04:30	1600
	4	21	15,5	3,62	1,2	5,7	19,2	04:09	2000
	3	27	14,7	4,12	1,32	6,9	24,5	03:49	2350
	2	31	13,9	4,57	1,43	7,9	29,1	03:31	2600
	1	35	13,2	4,98	1,52	8,8	33	03:15	2800

STUFE Q1 LEICHTATHLETIK BEWERTUNGSTABELLEN

Jgst.	Punkte	100 m	800 m	3000 m	100 m Hü	Weitsprung	Hochsprung	Kugel- 4kg	Schleuder-	Speerwurf
Q1 Mädchen	1	17,8	04:55,9	22:41	25,5	2,55	1,04	4,5	17,42	10,62
	2	17,4	04:44,3	22:02	24,9	2,72	1,07	4,88	19,21	11,96
	3	17	04:33,3	21:25	24,3	2,88	1,1	5,24	20,9	13,25
	4	16,7	04:22,9	20:48	23,7	3,03	1,13	5,58	22,49	14,47
	5	16,4	04:13,2	20:13	23,1	3,18	1,15	5,89	23,99	15,64
	6	16,1	04:04,0	19:39	22,6	3,32	1,18	6,19	25,4	16,76
	7	15,8	03:55,3	19:06	22,1	3,45	1,21	6,47	26,73	17,83
	8	15,5	03:47,2	18:34	21,6	3,58	1,23	6,73	27,98	18,85
	9	15,2	03:39,5	18:03	21,1	3,7	1,25	6,98	29,16	19,82
	10	14,9	03:32,3	17:33	20,6	3,82	1,28	7,21	30,27	20,75
	11	14,7	03:25,4	17:03	20,2	3,93	1,3	7,43	31,31	21,63
	12	14,5	03:19,0	16:35	19,8	4,03	1,32	7,64	32,3	22,48
	13	14,3	03:12,9	16:08	19,4	4,12	1,34	7,83	33,23	23,29
	14	14,1	03:07,2	15:41	19	4,2	1,36	8,02	34,1	24,06
	15	13,9	03:01,9	15:15	18,6	4,27	1,38	8,19	34,92	24,8
Jgst.	Punkte	100 m	1000 m	3000 m	110 m Hü	Weitsprung	Hochsprung	Kugel- 6kg	Speerwurf	
Q1 Jungen	1	15,8	04:17,3	16:23	25,8	3,23	1,12	4,79	12,7	
	2	15,5	04:10,7	15:58	25	3,44	1,17	5,22	14,9	
	3	15,2	04:04,4	15:33	24,3	3,64	1,22	5,64	16,9	
	4	14,9	03:58,4	15:09	23,6	3,84	1,27	6,05	18,8	
	5	14,6	03:52,6	14:46	22,9	4,03	1,31	6,43	20,7	
	6	14,3	03:47,0	14:23	22,2	4,21	1,35	6,8	22,4	
	7	14	03:41,7	14:01	21,6	4,39	1,39	7,15	24,1	
	8	13,7	03:36,5	13:40	21	4,55	1,42	7,49	25,8	
	9	13,5	03:31,6	13:19	20,4	4,72	1,46	7,81	27,3	
	10	13,3	03:26,9	12:59	19,9	4,87	1,49	8,12	28,8	
	11	13,1	03:22,4	12:39	19,4	5,02	1,52	8,42	30,2	
	12	12,9	03:18,0	12:20	18,9	5,17	1,55	8,7	31,6	
	13	12,7	03:13,8	12:02	18,4	5,3	1,58	8,97	32,9	
	14	12,5	03:09,8	11:44	18	5,41	1,6	9,23	34,2	
	15	12,4	03:06,0	11:26	17,6	5,5	1,63	9,48	35,4	

STUFE Q2 LEICHTATHLETIK BEWERTUNGSTABELLEN

Jgst.	Punkte	100 m	800 m	3000 m	100 m Hü	Weitsprung	Hochsprung	Kugel- 4kg	Schleuder-	Speerwurf
Q2 Mädchen	1	17,4	04:44,3	22:02:00	24,9	2,72	1,07	4,88	19,21	11,96
	2	17	04:33,3	21:25:00	24,3	2,88	1,1	5,24	20,9	13,25
	3	16,7	04:22,9	20:48:00	23,7	3,03	1,13	5,58	22,49	14,47
	4	16,4	04:13,2	20:13:00	23,1	3,18	1,15	5,89	23,99	15,64
	5	16,1	04:04,0	19:39:00	22,6	3,32	1,18	6,19	25,4	16,76
	6	15,8	03:55,3	19:06:00	22,1	3,45	1,21	6,47	26,73	17,83
	7	15,5	03:47,2	18:34:00	21,6	3,58	1,23	6,73	27,98	18,85
	8	15,2	03:39,5	18:03:00	21,1	3,7	1,25	6,98	29,16	19,82
	9	14,9	03:32,3	17:33:00	20,6	3,82	1,28	7,21	30,27	20,75
	10	14,7	03:25,4	17:03:00	20,2	3,93	1,3	7,43	31,31	21,63
	11	14,5	03:19,0	16:35:00	19,8	4,03	1,32	7,64	32,3	22,48
	12	14,3	03:12,9	16:08:00	19,4	4,12	1,34	7,83	33,23	23,29
	13	14,1	03:07,2	15:41:00	19	4,2	1,36	8,02	34,1	24,06
	14	13,9	03:01,9	15:15:00	18,6	4,27	1,38	8,19	34,92	24,8
	15	13,8	02:56,8	14:50:00	18,3	4,33	1,4	8,35	35,7	25,5

Jgst.	Punkte	100 m	1000 m	3000 m	110 m Hü	Weitsprung	Hochsprung	Kugel- 6kg	Speerwurf
Q2 Jungen	1	15,5	04:10,7	15:58	25	3,44	1,17	5,22	14,9
	2	15,2	04:04,4	15:33	24,3	3,64	1,22	5,64	16,9
	3	14,9	03:58,4	15:09	23,6	3,84	1,27	6,05	18,8
	4	14,6	03:52,6	14:46	22,9	4,03	1,31	6,43	20,7
	5	14,3	03:47,0	14:23	22,2	4,21	1,35	6,8	22,4
	6	14	03:41,7	14:01	21,6	4,39	1,39	7,15	24,1
	7	13,7	03:36,5	13:40	21	4,55	1,42	7,49	25,8
	8	13,5	03:31,6	13:19	20,4	4,72	1,46	7,81	27,3
	9	13,3	03:26,9	12:59	19,9	4,87	1,49	8,12	28,8
	10	13,1	03:22,4	12:39	19,4	5,02	1,52	8,42	30,2
	11	12,9	03:18,0	12:20	18,9	5,17	1,55	8,7	31,6
	12	12,7	03:13,8	12:02	18,4	5,3	1,58	8,97	32,9
	13	12,5	03:09,8	11:44	18	5,41	1,6	9,23	34,2
	14	12,4	03:06,0	11:26	17,6	5,5	1,63	9,48	35,4
	15	12,3	03:02,3	11:09	17,2	5,57	1,65	9,72	36,5