***Unterrichtsvorhaben 5.1***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Bewegungsfeld/Sportbereich 1.1 | ***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend* | ***Jahrg.-Stufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen* | ***A*** *D* | *5.1 a* | *5* | *BF 3.1* | *1* |

Sich zusammen anstrengen und Spaß haben – bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele spielen, Belastungssymptome erkennen und verstehen

# Kompetenzerwartungen: BWK 2

# Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

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

# Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

# Leistung (d)

* Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (1)

***BF 1***

***(Yoga - Neuerungen, in Arbeit 2018)***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/Sportbereich 2** | **Päd. Perspektive leitend/ergänzend** | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
| Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen | E | 5 | 4 |  |  |

**„Wie machen Spiele für uns am meisten Spaß?“ – Völkerballvarianten als Anlass zur Erprobung und Veränderung von Rahmenbedingungen (Spielidee, Spielregeln, etc.)**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

* *grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden (1)*
* *kleine Spiele, Spiele im Gelände sowie einfache Pausenspiele – auch eigenverantwortlich – fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Kriterien benennen und erläutern (2)*
* *kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und Regeln – orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial – selbstständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen (3)*

**Methodenkompetenz:**

* *einfache Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z. B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern (1)*

**Urteilskompetenz:**

* *Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten (1)*

**Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte:**e1, e3

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Bewegungsfeld/Sportbereich:2.2*** | ***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend* | ***Jahrg.-Stufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen* | ***E*** | *5* | *4* |  |  |

**„Die Mannschaften sind aber unfair!“ – Brennballvarianten zur Vertiefung von Veränderungen der Rahmenbedingungen unter Berücksichtigung von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2.2)**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

* grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden. (1)
* kleine Spiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele – auch eigenverantwortlich – fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Kriterien benennen und erläutern. (2)
* kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und Regeln – orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial – selbstständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen. (3)

**Methodenkompetenz:**

* einfache Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z. B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern. (1)

**Urteilskompetenz:**

* Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten. (1)

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

**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)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/Sportbereich 3.1** | **Päd. Perspektive leitend/ergänzend** | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
| Laufen, Werfen, Springen - Leichtathletik | A/D/F | 5.1 | 10 |  |  |

**„Höher, Schneller und Weiter I“ -**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

* *grundlegende technisch -koordinative Fertigkeiten-, Lauf-, Sprung- und Wurf ABC der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das*

*Aufwärmen nutzen*

**Methodenkompetenz:**

-leichtathletische Übungsanlagen sicherheitsgerecht nutzen

- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden

**Urteilskompetenz:**

* die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen

**Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte:**a1, a3, d1

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)** -

- Wahrnehmung und Körpererfahrung

- Bewegungsstrukturen + grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

**Leistung (d)**

-Faktoren sportl. Leistungsfähigkeit (physische Leistungsvoraussetzungen: Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)

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

Thema des UV: Rolle, Handstand, Rad - grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden zur Gestaltung einer Kür - Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, BWK 4, 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) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben (2)*
* *am Boden in der Grobform spielerisch oder leistungsbezogen rollen, stützen, balancieren, springen sowie Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen verbinden (3)*
* *in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliche 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)*

# 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)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Bewegungsfeld/ Sportbereich 6.1*** | ***Päd.. Perspektive leitend/ergänzend*** | ***Jahrgangsstufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste* | ***A*** *B* | *5.4* | *8* | *BF 5.1* | *4* |

***Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen – einfache technisch-koordinative Grundformen für eine ästhetisch-gestalterische Präsentation nutzen unter Zuhilfenahme von Alltagsgegenständen (z.B. Zeitung, Folien, Matten, kl. Kästen, Bänken…)***

***Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, 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 Bewegungsgestaltungen (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)*

***Urteilskompentenz (UK)***

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

**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)*

***Unterrichtsvorhaben 5.2***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Bewegungsfeld/Sportbereich: 4.1 | ***Päd. Perspektive***  ***leitend/****ergänzend* | ***Jahrgangs-stufe*** | ***Dauer des UV in Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Bewegen im Wasser – Schwimmen* | A | *5.2* | *8* | *?* | *?* |

|  |  |
| --- | --- |
| Thema des UV: | Kunststücke im Wasser - grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen |
| Kompetenzerwartungen: | 6 BWK 4.1 / 6 MK 4.1 |

# Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

* 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:

* einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten.

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

# Angabe des 1. Inhaltsfeldes (a)

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Bewegungsfeld/Sportbereich 4.2*** | ***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend* | ***Jahrg.-Stufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Bewegen im Wasser – Schwimmen* | ***A*** | *5.2* | *12* | *?* | *?* |

Vom Bauch auf den Rücken - beim Erlernen des Rückenschwimmens die eigene Wassersicherheit verbessern

# Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1

# Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

* *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 (1)*
* *eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen (2)*

# Methodenkompetenz (MK)

* *einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten (1)*

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

# Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

***Unterrichtsvorhaben 6.1***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Bewegungsfeld/Sportbereich 4.3*** | ***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend* | ***Jahrg.-Stufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Bewegen im Wasser – Schwimmen* | *A* ***C*** | *6.1* | *6* | *BF 4.4* | *?* |

Wasserspringen ohne Angst und Übermut! – durch vielfältige Sprünge seine Grenzen ausloten

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

# Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

* *das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen (4)*

# Methodenkompetenz (MK)

* *einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten (1)*
* *Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden (2)*

# Urteilskompetenz (UK)

* *Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen (1)*

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

# Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

* Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

# 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)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Bewegungsfeld/Sportbereich 4.4*** | ***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend* | ***Jahrg.-Stufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Bewegen im Wasser – Schwimmen* | ***A*** *C* | *6.1* | *6* | *BF 4.3* | *?* |

Tauchen! – sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen.

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

# Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

* *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 (1)*
* *das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen (4)*

# Methodenkompetenz (MK)

* *einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten (1)*

# Urteilskompetenz (UK)

* *Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen (1)*

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

# Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

# 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)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Bewegungsfeld/Sportbereich 4.5*** | ***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend* | ***Jahrg.-Stufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Bewegen im Wasser – Schwimmen* | ***D F*** | *6.1* | *8* | *?* | *?* |

Fit und leistungsstark - in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können.

# Kompetenzerwartungen: BWK 3, UK 1

# Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

* *eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen (3)*

# Urteilskompetenz (UK)

* *Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen (1)*

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d 1, d 2, d 3, f 2, f 3**

# 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)**
* **Differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)**

# Gesundheit (f)

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Bewegungsfeld/Sportbereich:*** | ***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend* | ***Jahrg.-Stufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Den Körper wahnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen* | ***A/F*** | *6* | *4* |  |  |

**Mich bringt nichts aus der Bahn** – Auseinandersetzung mit verschiedenen Sinneswahrnehmungen für die Herstellung des Gleichgewichts im Hinblick auf den Wechsel von Spannungs- und Entspannungsprozessen.

**Kompetenzerwartungen: BWK 1, UK 1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

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

**Methodenkompetenz:**

**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: a 1, a 2, a 3, f1**
* **Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)**
* **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)**
* **Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a3)**
* **Unfall und Verletzungsprophylaxe (f1)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Bewegungsfeld/Sportbereich: | ***Päd. Perspektive***  ***leitend/****ergänzend* | ***Jahrgangs-stufe*** | ***Dauer des UV in Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Spielen in und mit Regelstrukturen, Sportspiele* | E | *6.2* | *8* |  | *1.4* |

|  |  |
| --- | --- |
| Thema des UV: | Kleine Spiele lerngruppengerecht variieren |
| Kompetenzerwartungen: | 6 BWK 7.2, 7.3 / 6 MK 7.2 / 6 UK 7.1 |

# Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

* sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen/ Mitspielern und Gegnerinnen/ Gegnern taktisch angemessen verhalten.
* grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären.

# Methodenkompetenz:

* grundlegende spieltypische verbale und non–verbale Kommunikationsformen anwenden.

# Urteilskompetenz:

* Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen.

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

# Angabe des 1. Inhaltsfeldes (e)

* Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
* soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
* (Spiel-)regeln und deren Veränderungen

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Bewegungsfeld/Sportbereich: | ***Päd. Perspektive***  ***leitend/****ergänzend* | ***Jahrgangs-stufe*** | ***Dauer des UV in Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Spielen in und mit Regelstrukturen, Sportspiele* | D / E | *6* | *8* |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Thema des UV: | Den Ball volley spielen – Entwicklung von normungebundenen Techniken unter besonderer Betrachtung der Funktionalität für die Spielidee des Sportspiels Volleyball |
| Kompetenzerwartungen: | 6 BWK 7.1, 7.2, 7.3 / 6 MK 7.1, 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.
* sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen/ Mitspielern und Gegnerinnen/ Gegnern taktisch angemessen verhalten.
* grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären.

# Methodenkompetenz:

* einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und anwenden.
* grundlegende spieltypische verbale und non–verbale Kommunikationsformen anwenden.

# Urteilskompetenz:

* Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:*** | ***d3, e1, e3*** |

# Angabe des 1. Inhaltsfeldes (d)

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

# Angabe des 2. Inhaltsfeldes (e)

* Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
* (Spiel-)regeln und deren Veränderungen

***Unterrichtsvorhaben 6.2***

Winter- oder Sommerolympiade (Neuerung, in Arbeit 2018)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/Sportbereich 9** | **Päd. Perspektive leitend/ergänzend** | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
| Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport | E/A | 6.2 | 8 |  |  |

**"Lass(t) uns ein Kämpfchen wagen" - Heranführung an den Zweikampf mit Kämpfen in Bodenlage**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

* Normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnern und Gegnern einstellen (1)
* sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und grundlegende Regeln dafür erläutern (2)

**Methodenkompetenz:**

* grundlegende Regeln, Strategien und Verfahren und Kampfsituationen zielgerichtet anwenden (1)
* durch kooperatives Verhalten Partnern beim Erlernen von Techniken zum Erfolg verhelfen (2)

**Urteilskompetenz:**

* infache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten (1)

**Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte:**e1, e3, a1, a2, a3

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

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

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/Sportbereich 3.3** | **Päd. Perspektive leitend/ergänzend** | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
| Laufen, Werfen, Springen - Leichtathletik | A/D | 6.2 | 8 |  |  |

**"Höher, Schneller, Weiter II“ - Wir bereiten uns auf einen Wettkampf vor**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

* *grundlegende technisch -koordinative Fertigkeiten-, Lauf-, Sprung- und Wurf ABC der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für die Erwärmung nutzen*
* leichtathletische Disziplinen (Sprint, Weit, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitsniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und

leistungsbezogen ausführen

**Methodenkompetenz:**

*Gem. der im Lehrplan zu erlangenden Kompetenzen für das Inhaltsfeld und die Jahrgangsstufe*

-leichtathletische Übungsanlagen sicherheitsgerecht nutzen

-grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden

**Urteilskompetenz:**

* die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen

**Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte:**a2, d3

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**-

- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

- Bewegungsstrukturen + grundlegende Aspekte des motorisch

**Leistung (d)**

- Differenziertes Leistungsverständnis (relative + absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung u. -bewertung

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

**Warm up und Cool down - Aufwärm- sowie Entspannungsprozesse am eigenen Körper wahrnehmen und entsprechende Übungen (angeleitet) ausführen**

**Kompetenzerwartungen: BWK 1, MK 1,BWK3, UK1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- sich sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen und steuern

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

**Methodenkompetenz:**

**-** allgemeine Aufwärmprinzipien allein und in der Gruppe anwenden

**Urteilskompetenz:**

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

* **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, a 3, f1**
* **Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)**
* **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)**
* **Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a3)**
* **grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (f2)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Bewegungsfeld/Sportbereich: | ***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend* | ***Jahrg.-Stufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Bewegen an Geräten - Turnen* | *A / C* | *6.2* | *10* |  |  |

Schwingen, Stützen und Springen – Wir erwerben den Gerätturnführerschein

# Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, 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. 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)*
* *in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliche 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)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Bewegungsfeld/ Sportbereich 6.2*** | ***Päd.. Perspektive leitend/ergänzend*** | ***Jahrgangsstufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste* | ***BE****F* | *6.5* | *8* | *---* | *18???* |

***Seil, 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 Bewegungsgestaltungen (Gymnastik) 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)*

***Urteilskompentenz (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)*

***Unterrichtsvorhaben 7.1***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/Sportbereich 3.5** | **Päd. Perspektive leitend/ergänzend** | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
| Laufen, Werfen, Springen - Leichtathletik | A/D | 7.1 | 7 |  |  |

**Leicht und Locker - Laufen über Stock und Stein**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

* *grundlegende technisch -koordinative Fertigkeiten- des Laufens als leichtathletische Disziplin ausführen sowie für die Erwärmung nutzen*
* leichtathletische Disziplinen Lauf auf grundlegendem Fertigkeitsniveau individuell und teamorientiert sowie spiel- und

leistungsbezogen ausführen

**Methodenkompetenz:**

*Gem. der im Lehrplan zu erlangenden Kompetenzen für das Inhaltsfeld und die Jahrgangsstufe*

-grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden

**Urteilskompetenz:**

* die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen, indem die individuelle Gestaltung des Lauftempos bei einer Mittelzeitausdauer an Hand von wahrgenommenen Körperreaktionen beurteilt werden können.

**Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte:**a3, a1, b2

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**-

-Wahrnehmung und Körpererfahrung

Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

**Inhaltsfeld (b)**

* Variation von Bewegungen (räumlich, zeitlich, dynamisch)

**Leistung (d)**

- Differenziertes Leistungsverständnis (relative + absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung u. -bewertung

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Bewegungsfeld/Sportbereich:*** | ***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend* | ***Jahrg.-Stufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Den Körper wahnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen* | ***F/A*** | *7* | *4* |  |  |

Wie kann ich mich verbessern? – Ausgewählte Faktoren psycho – physischer Leistungsfähigkeit weiterentwickeln und diese in Anforderungssituationen zeigen

**Kompetenzerwartungen: BWK 1, UK 1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

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

**Methodenkompetenz:**

**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: a 1, a 2, a 3, f1**
* **Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)**
* **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)**
* **Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a3)**
* **Unfall und Verletzungsprophylaxe (f1)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/Sportbereich 2** | **Päd. Perspektive leitend/ergänzend** | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
| Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen BF 2 | E | 7 | 6 |  |  |

**„Wie spielt man denn eigentlich woanders?“ – Bewegungsspiele aus anderen Kulturen zur Auseinandersetzung mit deren Werten und Normen**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

* *spielübergreifende technisch- koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden. (1)*
* *Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund einordnen und spielen. (3)*

**Methodenkompetenz:**

* *einfache Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z.B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren und eigenverantwortlich durchführen. (1)*

**Urteilskompetenz:**

* *Bewegungsspiele – aus anderen Kulturen – hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen. (1)*

**Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte:**e1, e3, e4

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Bewegungsfeld/Sportbereich: | ***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend* | ***Jahrg.-Stufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Bewegen an Geräten - Turnen* | *B / E* | *7* | *8* |  | *1.4* |

Thema des UV: Akrobatik - Konstruktion von Akrobatik-Pyramiden zur Gestaltung einer Gruppenkür

# Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 5.2. , 9 UK 5.2

# Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

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

# Methodenkompetenz:

* in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen (1)
* Bewegungsgestaltungen und -kombinationen zusammenstellen und präsentieren (2)

# Urteilskompetenz:

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

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: b 1,**e 1

# Bewegungsgestaltung (b)

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

# Kooperation und Konkurrenz (e)

* Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppenbildungsprozessen (2)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Bewegungsfeld/Sportbereich: | ***Päd. Perspektive***  ***leitend/****ergänzend* | ***Jahrgangs-stufe*** | ***Dauer des UV in Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Spielen in und mit Regelstrukturen, Sportspiele* | D / E | *7* | *8* |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Thema des UV: | Entwicklung und Reflexion eines lerngruppenorientierten Regelwerks zur Verwirklichung der Spielidee des Sportspiels Basketball |
| Kompetenzerwartungen: | 9 BWK 7.1, 7.3 / 9 MK 7.1, 7.2 / 9 UK 7.1 |

# Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

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

# Methodenkompetenz:

* Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern.
* spieltypische verbale und non–verbale Kommunikationsformen anwenden.

# Urteilskompetenz:

* die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:*** | ***d1, d3, e2, e3*** |

# Angabe des 1. Inhaltsfeldes (d)

* Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
* differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte, und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)

# Angabe des 2. Inhaltsfeldes (e)

* soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
* (Spiel-)regeln und deren Veränderungen

**Schwimmen 7.1 und 7.2 im Wechsel**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/Sportbereich 4.6** | **Päd. Perspektive leitend/ergänzend** | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
| Bewegung im Wasser - Schwimmen | **A** / D, F | 7 | 7 |  |  |

**Richtig starten, schwimmen und wenden in Bauch und Rückenlage**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

* *technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und Rückenlage sicher anwenden (1)*
* *eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimmtechniken beschreiben, einzelnen Phasen zuordnen und in ihrer Funktion erläutern (2)*
* *eine Langzeitausdauerbelastung (LZA I bis 30 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen (3)*
* *Maßnahmen zur Selbstrettung [und einfache Formen der Fremdrettung] benennen, erläutern und anwenden (4)*

**Methodenkompetenz:**

* *grundlegende Merkmale ausdauernden Schwimmens erläutern und sich auf eine zu erbringende leistungs- oder gesundheitsbezogene Ausdauerfähigkeit beim Schwimmen selbstständig vorbereiten (1)*

**Urteilskompetenz:**

* *die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit (Schwimmen) nach ausgewählten Kriterien (z. B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen (1)*

**Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte:**a1, a2, a3, d1, f2

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

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

Leistung (d)

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

Gesundheit (f)

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/Sportbereich 4.7** | **Päd. Perspektive leitend/ergänzend** | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
| Bewegen im Wasser - Schwimmen | A/D | 7 | 7 | ? | ? |

**"Vom zweier zum dreier Zug" –** Verbesserung der Technik beim Kraulschwimmen

**Kompetenzerwartungen:**BWK 4.1, BWK 4.2

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

* *technisch- koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und Rückenlage sicher anwenden (1)*
* *eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimmtechnikenbeschreiben, einzelnen Phasen zuordnen und in ihrer Funktion erläutern (2)*

**Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte:a 2**, a 1

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

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

Leistung (d)

* Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/Sportbereich 4.8** | **Päd. Perspektive leitend/ergänzend** | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
| Bewegen im Wasser - Schwimmen | F, C, E | 7 | 6 | ? | ? |

**"Wie kann ich anderen Helfen" –** Einführung in das Rettungsschwimmen

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

* *eine Langzeitausdauerbelastung (LZA I bis 30 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen (3)*
* *Maßnahmen zur Selbstrettung und einfache Formen der Fremdrettung benennen, erläutern und anwenden (4)*

**Methodenkompetenz:**

* *-*

**Urteilskompetenz:**

* *die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z.B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen (1)*

**Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte:**c 2, c 3, f 1

**Wagnis und Verantwortung (c)**

* Emotion (u.a. Freude, Frustration, Angst) (2)
* Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder –minderung) (3)

**Gesundheit (f)**

* Unfall und Verletzungsprophylaxe (1)

***Unterrichtsvorhaben 8.1***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/Sportbereich 2** | **Päd. Perspektive leitend/ergänzend** | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
| Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen | E | 8 | 6 |  |  |

**„Fit fürs Spiel?“ – Fang- und Laufspiele zur Weiterentwicklung und Anwendung spielübergreifender, technisch-koordinativer Fertigkeiten sowie taktisch-kognitiver Fähigkeiten anhand der selbstständigen Initiierung, Durchführung und Reflexion unterschiedlicher Spiele mit Blick auf deren Grundideen und Strukturen**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

* *spielübergreifende technisch- koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden. (1)*
* *in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln. (2)*

**Methodenkompetenz:**

* *Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern. (1)*

**Urteilskompetenz:**

* *Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten (1)*

**Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte:**e1, e3, e4

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/Sportbereich 3.4** | **Päd. Perspektive leitend/ergänzend** | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
| Laufen, Werfen, Springen - Leichtathletik | A/D | 8 | 10 |  |  |

**„Wir kreieren unseren eigenen Leichtathletischen (Gruppen-) Wettkampf – werfen, sprinten, weit hinaus“**

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

-leichtathletische Disziplinen (Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitsniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und

leistungsbezogen ausführen

-einen individuellen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

* *grundlegende technisch -koordinative Fertigkeiten-, Lauf-, Sprung- und Wurf ABC der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für die Erwärmung nutzen*
* leichtathletische Disziplinen (Sprint, Weit, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitsniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und

leistungsbezogen ausführen

**Methodenkompetenz:**

*Gem. der im Lehrplan zu erlangenden Kompetenzen für das Inhaltsfeld und die Jahrgangsstufe*

-leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen

-grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden

**Urteilskompetenz:**

* die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen

**Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte:a 2, a 3, d 2, d 3**

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**-

- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)

- Bewegungsstrukturen + grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

**Leistung (d)**

- Methoden zur Leistungssteigerung (2)

- Differenziertes Leistungsverständnis (3)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Bewegungsfeld/Sportbereich: | ***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend* | ***Jahrg.-Stufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| Bewegen an Geräten - Turnen | *C / F* | *8* | *6* |  |  |

Thema des UV: Mein Weg zum Salto: Von der freien Rolle in den Sitz bis zum Salto

# Kompetenzerwartungen: BWK 2, BWK 4, MK 5.3, 9 UK 5.1

# Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- an ihre individuellen 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:

- sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern (methodische Reihe) (3)

**Urteilskompetenz:**

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

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: c 1, c 3,** f 1

# Wagnis und Verantwortung (c)

**Spannung und Risiko (1)**

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

# Gesundheit (f)

Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)

***Unterrichtsvorhaben 8.2***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Bewegungsfeld/ Sportbereich 6.3*** | ***Päd.. Perspektive leitend/ergänzend*** | ***Jahrgangsstufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste* | ***B F*** | *8.4* | *12* | *BF 1.5* | *35* |

***„Fit in Form“ – tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitness-Gymnastik nutzen - Fit in Form mit dem Speedrope***

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

***Urteilskompentenz (UK)***

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

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** b 1, b 2, **f 2, f3**

*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: | ***Päd. Perspektive***  ***leitend/****ergänzend* | ***Jahrgangs-stufe*** | ***Dauer des UV in Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Spielen in und mit Regelstrukturen, Sportspiele* | D / E | *8* | *8* |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Thema des UV: | Einführung in die Sportart Volleyball unter besonderer Betrachtung des oberen und unteren Zuspiels mit dem Ziel des Erwerbs des Volleyball-Bronze-Spielabzeichens |
| Kompetenzerwartungen: | 9 BWK 7.1, 7.3 / 9 MK 7.1, 7.2 / 9 UK 7.1 |

# Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

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

# Methodenkompetenz:

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

# Urteilskompetenz:

* die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:*** | ***d1, d2, d3, e1*** |

# Angabe des 1. Inhaltsfeldes (d)

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

# Angabe des 2. Inhaltsfeldes (e)

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Bewegungsfeld/Sportbereich: | ***Päd. Perspektive***  ***leitend/****ergänzend* | ***Jahrgangs-stufe*** | ***Dauer des UV in Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Spielen in und mit Regelstrukturen, Sportspiele* | D / E | *8* | *8* |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Thema des UV: | Erarbeitung von Basisfähigkeiten und -fertigkeiten im Sportspiel Hallenhockey mit dem Ziel der Anwendung in Kleinfeldspielen |
| Kompetenzerwartungen: | 9 BWK 7.1, 7.2, 7.3 / 9 MK 7.1, 7.2 / 9 UK 7.1, 7.2 |

# Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

* sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren.
* das jeweils ausgewählte große Mannschafts- und Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht, situativ angemessen, fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern.
* konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden.

# Methodenkompetenz:

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

# Urteilskompetenz:

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

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

# Angabe des 1. Inhaltsfeldes (d)

* Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

# Angabe des 2. Inhaltsfeldes (e)

* Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
* (Spiel-)regeln und deren Veränderungen

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/Sportbereich 7** | **Päd. Perspektive leitend/ergänzend** | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
| Gleiten fahren Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport | A/E/F | 8 | 12 |  |  |

**"Gemeinsam sind wir schnell" –** Erwerb der grundlegenden Rudertechnik im Mannschaftsboot **Kompetenzerwartungen:**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

* sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Wahrnehmung der Auswirkungen und Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale erläutern,
* technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheits- und geländeangepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben und Möglichkeiten der Bewegungshilfe und Bewegungssicherung erläutern.

**Methodenkompetenz**

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

**Urteilskompetenz**

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

**Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte:**e1, e3, a2, a3

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

* Gemeinsames Lernen der Technik, Rudern als Team
* Konkurrenz de Teams, Regattateilnahme

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Bewegungsfeld/Sportbereich:*** | ***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend* | ***Jahrg.-Stufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Den Körper wahnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen* | ***F/A*** | *9* | *5* |  |  |

Wie kann ich mich verbessern II? – Die eigene Kraft testen und die Grundprinzipien des Trainings kennenlernen und exemplarisch anwenden

**Kompetenzerwartungen: BWK 1, UK 1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

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

**Methodenkompetenz:**

**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: a 1, a 2, a 3, f1**
* **Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)**
* **Unfall und Verletzungsprophylaxe (f1)**
* **grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (f2)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/Sportbereich 2** | **Päd. Perspektive leitend/ergänzend** | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
| Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen | E | 9 | 6 |  |  |

**„Schießen mal anders!“ – Variationen von Torschussspielen**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

* *spielübergreifende technisch- koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden. (1)*
* *in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln. (2)*

**Methodenkompetenz:**

* *Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern. (1)*

**Urteilskompetenz:**

* *Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten (1)*

**Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte:**e1, e3, e4

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Bewegungsfeld/Sportbereich 2*** | ***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend* | ***Jahrg.-Stufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| ***Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen*** | *A,D,****E*** | *9* | *8* |  |  |

**Thema: Badminton: Grundschläge und Einzelspiel**

**Kompetenzerwartungen:** BWK 2, UK 2.

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

* in unterschiedlichen Spielen mit und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln (2).

**Methodenkompetenz (MK):**

**Urteilskompetenz (UK):**

* + Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich selbst und andere bewerte (1).

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:** a2, a3, d1, **e1, e3, e4**

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

1. Leistung:

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

1. **Kooperation und Konkurrenz:**

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

**Thema des UV: Badminton Einführung: spielerisch vom Federball zum Badminton**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/Sportbereich 3.6** | **Päd. Perspektive leitend/ergänzend** | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
| Laufen, Werfen, Springen - Leichtathletik | A/D/F | 9 | 8 |  |  |

**Nur Fliegen ist schöner – Erlernen der neuen Disziplin: Hochsprung (Flop)**

**Kompetenzerwartungen:9 BWK 3.1, 3.2 / 9 MK 3.2 / 9 UK 3.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

-Lauf, Sprung, Wurf auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern

- eine neu erlernte Disziplin (Hochsprung) in der Grobform ausführen

**Methodenkompetenz:**

-selbstständig für die Verbesserung der Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (tabellarisch, grafisch) erfassen **Urteilskompetenz:**

* die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend im Bezug auf andere beurteilen
* Reflexion individueller Wettkampferfahrung

**Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte:a 2, a 3, d 1, d 2, f 1**

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**-

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

**- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)**

**Inhaltsfeld (b)** - Variation von Bewegungen (räumlich, zeitlich, dynamisch)

**Leistung (d)**- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit- Methoden zur Leistungssteigerung

**Gesundheit (f)**- Unfall- und Verletzungsprophylaxe

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Bewegungsfeld/Sportbereich: | ***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend* | ***Jahrg.-Stufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Bewegen an Geräten - Turnen* | *C / D* | *9* | *10* |  |  |

Thema des UV: Le Parkour – mein Weg über Hindernisse

# Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, 9 MK 5.3, 9 UK 5.1.

# Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

# - 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 individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (2)

# Methodenkompetenz:

# sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern (3)

# Urteilskompetenz:

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

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: c 1,**d 1

# Wagnis und Verantwortung (c)

* **Spannung und Risiko (1)**
* **Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst) (2)**

# Leistung (d)

* Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Bewegungsfeld/ Sportbereich 6.4*** | ***Päd.. Perspektive leitend/ergänzend*** | ***Jahrgangsstufe*** | ***Dauer des UV Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste* | ***B*** | *9.4* | *12* | *BF 1.5 u. 3.8* | *42* |

***Step-Aerobic – eine in Gruppen erarbeitete Choreographie präsentieren und bewerten***

***Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, MK 1, UK 1, UK 2 ??? (s.u.)***

***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)*
* *Objekte oder Materialien n das ästhetisch- gestalterische Bewegungshandeln integrieren (3)*

***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)*

***Urteilskompentenz (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: | ***Päd. Perspektive***  ***leitend/****ergänzend* | ***Jahrgangs-stufe*** | ***Dauer des UV in Std.*** | ***Vernetzen mit UV*** | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Spielen in und mit Regelstrukturen, Sportspiele* | D / E | *9* | *8* |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Thema des UV: | Volleyball spielen im Kleinfeld unter besonderer Betrachtung des Spielaufbaus mit Zuspieler am Netz in einfachen und komplexen Spiel- und Übungsformen |
| Kompetenzerwartungen: | 9 BWK 7.1, 7.2, 7.3 / 9 MK 7.1, 7.2, 7.3 / 9 UK 7.1, 7.2 |

# Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

* sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren.
* das jeweils ausgewählte große Mannschafts- und Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht, situativ angemessen, fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern.
* konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden.

# Methodenkompetenz:

* Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern.
* spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden.
* Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen.

# Urteilskompetenz:

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

|  |  |
| --- | --- |
| ***Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:*** | ***d1, d2, e1, e2, e3*** |

# Angabe des 1. Inhaltsfeldes (d)

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

# Angabe des 2. Inhaltsfeldes (e)

* Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
* soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozesse - (Spiel-)regeln und deren Veränderungen

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/Sportbereich 8** | **Päd. Perspektive leitend/ergänzend** | **Jahrg.-Stufe** | **Dauer des UV Std.** | **Vernetzen mit UV** | **Laufende Nr. der UV** |
| Gleiten fahren Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport | A/E/F | 8 | 12 |  |  |

**"Gemeinsam sind wir schnell" –** Erwerb der grundlegenden Rudertechnik im Mannschaftsboot **Kompetenzerwartungen:**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

* sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Wahrnehmung der Auswirkungen und Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale erläutern,
* technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheits- und geländeangepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben und Möglichkeiten der Bewegungshilfe und Bewegungssicherung erläutern.

**Methodenkompetenz**

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

**Urteilskompetenz**

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

**Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte:**e1, e3, a2, a3

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

* Gemeinsames Lernen der Technik, Rudern als Team
* Konkurrenz de Teams, Regattateilnahme

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Bewegungsfeld/Sportbereich: | | ***Päd. Perspektive***  ***leitend/****ergänzend* | | ***Jahrgangs-stufe*** | | ***Dauer des UV in Std.*** | | ***Vernetzen mit UV*** | | ***Laufende Nr. der UV*** |
| *Ringen und Kämpfen - Zweikampfsportart* | | A / E | | *9* | | *8* | |  | | *1.4* |
| **Bewegungsfeld/Sportbereich 9** | **Päd. Perspektive leitend/ergänzend** | | **Jahrg.-Stufe** | | **Dauer des UV Std.** | | **Vernetzen mit UV** | | **Laufende Nr. der UV** | | |
| Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport | E/A/C | | 9 | | ca. 10 | |  | |  | | |

**Miteinander Ringen und Kämpfen in Anbindung an die Sport Judo zur Entwicklung von Grundfertigkeiten des Bodenkampfes und ihrer Präsentation**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

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

**Methodenkompetenz:**

* 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:**

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

**Inhaltsfeld/er - zentrale Inhalte:** e1, e3, e4, a1, a2, c1, c3

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

* Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)
* (Spiel-)Regeln und deren Veränderung (2)
* Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (4)

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

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

**Wagnis und Verantwortung (c)**

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