

Sport

(Stand 11.08.2023)

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|-----------|
| 1 Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit..... | 3 |
| 1.1 Leitbild für das Fach Sport..... | 3 |
| 1.2 Qualitätsentwicklung und –sicherung / Zukunftsperspektiven | 3 |
| 1.3 Sportstättenangebot der Schule | 3 |
| 1.4 Unterrichtsangebot | 3 |
| 1.5 Fächerübergreifender/ fächervernetzender Unterricht | 3 |
| 1.6 Außerunterrichtliches Sportangebot..... | 4 |
| 1.6.1 „wöchentliche Sportangebote außerhalb des Sportunterrichts“:..... | 4 |
| 1.6.2 Sportfeste und Projekttag | 4 |
| 1.7 Handlungsprogramm zur Förderung des Schwimmens | 4 |
| 1.8 Sporthelferausbildung | 4 |
| 2 Entscheidungen zum Unterricht..... | 4 |
| 2.1 Grundsätze zur Schul- und Unterrichtsorganisation | 4 |
| 2.2 Obligatorik und Freiraum..... | 4 |
| 2.3 Ziele des Sportunterrichts in den beiden Kompetenzstufen..... | 5 |
| 2.4 Unterrichtsvorhaben in den Jahrgangsstufen 5 - 10 | 5 |
| 2.5 Lehrplan – Bewegungsfelder mit UV Karten (s. Anhang)..... | 6 |
| 3. Lernerfolgsüberprüfung und Leistungsbewertung..... | 6 |
| 3.1 Allgemeine Grundsätze | 6 |
| 3.2 Die Elemente des „MEISTER-Modells“..... | 7 |
| 3.3 Leistungsanforderungen - Kriterien zur Leistungsbewertung..... | 7 |
| Bewegungsfeld 1 – Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | 8 |
| Bewegungsfeld 2 – Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen | 11 |
| Bewegungsfeld 3 – Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik..... | 14 |
| Bewegungsfeld 4 – Bewegen im Wasser - Schwimmen..... | 18 |
| Bewegungsfeld 5 –Bewegen an Geräten - Turnen..... | 20 |
| Bewegungsfeld 6 – Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz und Bewegungskünste..... | 24 |
| Bewegungsfeld 7 – Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele | 28 |
| Bewegungsfeld 8 – Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/ Wintersport..... | 33 |
| Bewegungsfeld 9 – Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport..... | 36 |

1 Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit

1.1 Leitbild für das Fach Sport

Schulsport – sowohl der Sportunterricht als auch seine außerunterrichtlichen Anteile – nimmt mit seinen zahlreichen Facetten an der Europaschule Troisdorf einen hohen Stellenwert im Schulprogramm und im Schulleben ein. Die erzieherischen Potentiale werden durch den im Sport möglichen ganzheitlichen Zugang zu Schülerinnen und Schülern im Sport allgemein und unter spezifisch fokussierten Zielperspektiven vielfältig genutzt.

Durch eine sinnvolle Verzahnung von Theorie und Praxis wird der Inhaltsbereich „Wissen erwerben und Sport begreifen“ in die Inhaltsbereiche/Bewegungsfelder integriert. Die Schülerinnen und Schüler werden durch eine Vielfalt von Bewegungsformen, verbunden mit verschiedenen Sinnperspektiven, zu einem freudvollen und lebenslangen Sporttreiben motiviert; ihre Handlungsfähigkeit im Sport wird ausgebaut. Sie sollen befähigt werden selbstständig zu lernen und zu arbeiten und Bewegung, Spiel und Sport selbstständig und eigenverantwortlich zu organisieren. Neben der Erweiterung der Bewegungslust und des Bewegungskönnens wird besonderer Wert auf die Entwicklung der sozialen, personalen und kommunikativen Kompetenz gelegt.

Der vorliegende Lehrplan ist in jeder Stufe durch eine deutliche Zunahme der Schülerkompetenzen, immer komplexer werdende Lernsituationen und zunehmende Übernahme von Verantwortung und Selbstständigkeit durch die Schülerinnen und Schüler gekennzeichnet. Im Sinne dieses Stufenkonzeptes werden die Schülerinnen und Schüler im Verlauf der Sek. I immer stärker an der Planung und Gestaltung des Unterrichts beteiligt.

1.2 Qualitätsentwicklung und –sicherung / Zukunftsperspektiven

Die Fachschaft Sport stellt die Entwicklung der Unterrichtsqualität in den Vordergrund. Die UV-Kartenrückseite wird zum Anlass genommen, sich umfassend über didaktische und methodische Schwerpunkte sowie inhaltliche Gegenstände und auszutauschen und gemeinsame Vereinbarungen diesbezüglich zu treffen. Die Aspekte der Leistungsüberprüfung erfolgen über die Bewertungstabelle in Anlehnung an die Themen- und Kompetenzschwerpunkte in den jeweiligen Bewegungsfeldern.

Der Fokus wird auf die Kompetenzen und den Leistungszuwachs gelegt. Zur Verwirklichung ist eine kollegiale Absprache und eine professionellere Zusammenarbeit vorgesehen, die ihren Augenmerk auf die vorgegebenen Themen legen soll. Die Fachschaft Sport sieht vor, sich inhaltlich zu ausgewählten Bewegungsfeldern intern und extern fortzubilden. Eine Auffrischung der Rettungsfähigkeit aller Sportlehrer wird in naher Zukunft verwirklicht. Zusätzlich wird der Bestand der Sporthelfer in der Sekundarstufe I aufgestockt und ein breites Angebot zu deren Ausbildung dargelegt.

1.3 Sportstättenangebot der Schule

- eine Dreifachhalle
- eine kleine Sporthalle (Handball/ Basketballfeld)
- 2 Sportplätze zur Mitnutzung (Kunstrasen) + 1x 4er Laufbahn (400m)
- 1 x Kleinfeld Fußball (Kunstrasen)
- 1 x großer Tartanplatz mit 4 Handballtoren + 2 Basketballkörben zur Nutzung in der Mittagsfreizeit
- 2 x Außenplatten Tischtennis
- Schwimmhalle (Fahrten mit städt. Bussen geregelt ca. 10 Min.)
- Nutzung der Städtischen Eishalle (Fahrten mit städt. Bussen 10 Min.)

1.4 Unterrichtsangebot

- durchgängig 3 stündig in Jahrgangsstufen 5 – 13 (1 mal 90 Min/ 1 mal 45 Min)
- Ausnahme: Jahrgang 6 - 2 stündiger Schwimmunterricht (halbjährlich)/ Sportunterricht
- Im Rahmen des Schulprofils wird Sport als Leistungskurs in der Sek II. angeboten, sodass in der Sek. 1 insgesamt mindestens 16- 18 Wochenstunden Sport angeboten werden.

1.5 Fächerübergreifender/ fächervernetzender Unterricht

Im Zusammenhang mit dem Themenkomplex „Gesundheit“ werden Themen zu Fitness, Gesunde Ernährung/Adipositas, Stress und Entspannung der Fächer Naturwissenschaften(Biologie) und Hauswirtschaft unter sportlichen Aspekten in zahlreichen Unterrichtsvorhaben wieder aufgegriffen und vertieft.

1.6 Außerunterrichtliches Sportangebot

1.6.1 „wöchentliche Sportangebote außerhalb des Sportunterrichts“:

- In der Mittagsfreizeit (60 Minuten) können die Schülerinnen und Schüler Sportgeräte ausleihen und auf den Kleinspielfeldern oder auf dem Spielplatz benutzen. Im Angebot sind zur Zeit: Bälle aller Art, Reifen, Seilchen, Einräder, Stelzen, Tischtennisschläger, Federballspiele, Tennisschläger, Diabolo ...
- AG Bereich: Im Ganztagsbereich der Jahrgangsstufen 5 bis 8 werden zahlreiche zweistündige Sport - Arbeitsgemeinschaften angeboten (Schwimmen, Fußball für Mädchen, Fußball für Jungen, Volleyball, Tanz, Tischtennis). Aus diesen Arbeitsgemeinschaften entstehen häufig Schulmannschaften, die an den Kreismeisterschaften für Schulen teilnehmen (Volleyball Mädchen, Volleyball Jungen, Fußball Mädchen, Fußball Jungen).

1.6.2 Sportfeste und Projektstage

I. Alle 2 Jahre findet ein großes Sportfest im Aggerstadion und in der Umgebung statt, dessen sportlicher Schwerpunkt im Bereich „Ausdauer“ liegt. Dabei wählen die Schülerinnen und Schüler eine Disziplin aus dem folgenden Angebot aus:

- Walking (ca. 8 km) oder Power – Walking (10 – 12 km)
- Duathlon (Laufen und Zielwerfen bzw. Zielschießen)
- Orientierungslauf in Kleingruppen (4 – 5 Teilnehmer pro Gruppe)
- Triathlon klein (100 m Schwimmen, 5 km Rad fahren, 2 km Laufen) oder groß (200 m Schwimmen, 20 km Rad fahren, 5 km Laufen)

II. Jährlich werden jahrgangsbezogene Turniere mit folgenden Inhalten durchgeführt:

- Jahrgang 5 und 6: Völkerball (je 6 Jungen und Mädchen bilden ein Team)
- Jahrgang 7: Fußball (Mädchen- und Jungenmannschaften)
- Jahrgang 8: Hockey (Mädchen- und Jungenmannschaften)
- Jahrgang 9: Basketball (Mädchen- und Jungenmannschaften)
- Jahrgang 10: Volleyball (Mädchen-, Jungen- und Mixedmannschaften)

III. Im Rahmen des Schulprogramms werden jährlich 4 Projektstage ausgewiesen, die für außerschulische Lernorte genutzt werden können! Hier sind der Besuche in der Eishalle/ Kletterhalle/ in Schwimmbädern oder von Sportveranstaltungen möglich und werden insbesondere von der Fachgruppe Sport unterstützt und vorbereitet.

1.7 Handlungsprogramm zur Förderung des Schwimmens

„AG für Nichtschwimmerinnen und Nichtschwimmer“ in Jahrgang 5.2 / vor den Schwimmvorhaben
Hier werden alle Schülerinnen und Schüler, die noch nicht Schwimmen können, bis zum Erreichen des „Seepferdchens“ zur Teilnahme verpflichtet.

1.8 Sporthelferausbildung

Die Schüler und Schülerinnen der Europaschule Troisdorf können die Sporthelferausbildung absolvieren. Die Ausbildung erfolgt am Ende der Jahrgangsstufe 8 im Rahmen der Projektwoche oder zu Beginn der Jahrgangsstufe 9 in den EST-Stunden. Die Sporthelfer/innen werden dann in der Schule im Pausensport, bei AGs, Sportfesten und Sportveranstaltungen und gelegentlich auch im Sportunterricht und bei außerschulischen Veranstaltungen eingesetzt. Ansprechpartnerinnen sind Frau Kleymann und Frau Laue.

2 Entscheidungen zum Unterricht

2.1 Grundsätze zur Schul- und Unterrichtsorganisation

Der Freiraum wird genutzt, um bei parallelen Vorhaben in einer Stufe räumlich und materiell zu entzerren, sodass hier in den KW Planungen der einzelnen Unterrichtsvorhaben variiert werden kann.

- Die UV zum BF 3 „Laufen Springen Werfen – Leichtathletik“ liegen aus Witterungsgründen in den Monaten vor und nach den Sommerferien
- Schwimmen wird im Rahmen der Nichtschwimmer- AG in Jahrgang 5 angeboten sowie halbjährlich in der Jahrgangsstufe 6 (2-stündig)
- Der Inhaltsbereich „Gleiten, Fahren, Rollen“ wird durch die obligatorische Nutzung der Eishalle in Troisdorf abgedeckt in Anbindung an den Sportunterricht.
- Im Jahrgang 12 wird im Rahmen der Kursfahrten eine „Skifreizeit“ in Österreich angeboten.

2.2 Obligatorik und Freiraum

Der gesamte laut Stundenraster erteilte Sportunterricht ist darauf ausgerichtet die umfassende Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport zu erreichen. Hierzu dient sowohl die in Form der Kompetenzerwartungen des

Kernlehrplans differenziert ausgewiesene *Obligatorik* (ca. zwei Drittel der Stunden), als auch der durch die Fachkonferenz auf die spezifischen Voraussetzungen, Bedingungen und das sportlichen Leitbild der Schule passgenau abgestimmte Freiraum (ca. ein Drittel der Stunden). Obligatorik und Freiraum unterliegen dabei gleichermaßen den *Rahmenvorgaben für den Schulsport* und damit dem *Doppelauftrag* und der Verpflichtung zu *erziehendem Sportunterricht*. Während aber die Obligatorik die unverzichtbare standardisierte Grundlage bildet, soll der Unterricht im Freiraum auf die individuellen, lerngruppenbezogenen und schulspezifischen Bedingungen und Ziele im Sportunterricht ausgerichtet sein. Insgesamt sollen die Angebote des Freiraumes den Kompetenzerwerb vertiefen und erweitern.

Die Fachkonferenz Sport der Europaschule hat sich für folgende Sportschwerpunkte entschieden:

Da Basketball als verbindliches Mannschaftsspiel und Badminton als verbindliches Partnerspiel im Rahmen der Obligatorik festgelegt werden (Beide Spiele werden im Profil der Sek II i.d. R. weitergeführt), soll die Handlungskompetenz in diesem Bewegungsfeld erweitert werden, indem in einem Teil des Freiraums weitere große Spiele aufgegriffen und neue

„Trendsportarten“ thematisiert werden können.

Weiterhin soll der Freiraum genutzt werden, um aktuelle pädagogische Bedarfe (besonders genderbebezogene und kooperative Themen im Sport) und spezifische Interessen der konkreten Lerngruppen zeitnah zu berücksichtigen.

2.3 Ziele des Sportunterrichts in den beiden Kompetenzstufen

Die Kompetenzerwartungen der Bewegungsfelder sind spiralcurricular und in den Anforderungen progressiv formuliert. Bei der Planung der daraus resultierenden Unterrichtsvorhaben wurde dies berücksichtigt: In den Unterrichtsvorhaben der 1. Kompetenzstufe prägen Aspekte der Wahrnehmung und des Erprobens im Sinne eines Kennenlernens neuer Bewegungs- und Handlungsformen und eine Festigung kooperativen und sozialen Verhaltens die vorrangigen Zielperspektiven. Das Arrangement des Unterrichts ist noch stärker durch Anleitung geprägt und kognitive Anforderungsbereiche bewegen sich vorrangig auf dem Niveau des Beschreibens und Erläuterns. In den Unterrichtsvorhaben der 2. und 3. Kompetenzstufe werden zunehmend komplexere Themen der Wahrnehmung, aber auch der Leistungsoptimierung bearbeitet. Der Unterricht wird zunehmend durch stärker selbstgesteuerte Arrangements im Bereich der individuellen (Teil-)Ziele und Lernwege ebenso geprägt, wie durch eine zunehmende Verantwortung für Unterrichtselemente (z.B. Vorbereitung des Erwärmens, Einführungsreferate etc.) durch die Schülerinnen und Schüler und soll so die Sozialkompetenz als Teil der allgemeinen Handlungskompetenz weiter fördern. In den Reflexionen werden vermehrt metakognitive Aspekte thematisiert und so die Anforderungen zunehmend in den Bereich der Analyse und Beurteilung angehoben.

2.4 Unterrichtsvorhaben in den Jahrgangsstufen 5 - 10

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

Die einzelnen Bewegungsfelder, die dem jeweiligen UV zu Grunde liegen sind in einem erstellten Lehrplanraster ausgewiesen. Neben dem Unterrichtsvorhaben selber, greift das Raster Kompetenzerwartungen auf, stellt den Bezug zu den inhaltlichen Schwerpunkten bzw. pädagogischen Perspektiven her und berücksichtigt grundlegende methodisch-didaktische Entscheidungen. Im Folgenden ist der Lehrplan entlang der Bewegungsfelder ausgeführt:

| | |
|----|--|
| 1. | Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen |
| 2. | Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen |
| 3. | Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik |
| 4. | Bewegen im Wasser - Schwimmen |
| 5. | Bewegen an Geräten - Turnen |
| 6. | Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste |
| 7. | Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele |
| 8. | Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport |
| 9. | Ringern und Kämpfen - Zweikampfsport |

3. Lernerfolgsüberprüfung und Leistungsbewertung

Die rechtlich verbindlichen Grundsätze der Leistungsbewertung sind im Schulgesetz (§ 48 SchulG NRW) sowie in der Ausbildungs- und Prüfungsordnung für die Sekundarstufe I (§ 6 APO - SI) dargestellt. Da im Pflichtunterricht des Faches Sport in der Sekundarstufe I keine Klassenarbeiten vorgesehen sind, erfolgt die Leistungsbewertung ausschließlich im Beurteilungsbereich "Sonstige Leistungen im Unterricht". Die Leistungsbewertung bezieht sich insgesamt auf die im unterrichtlichen Zusammenhang erworbenen Kompetenzen in allen Kompetenzbereichen und berücksichtigt unterschiedliche Formen der Lernerfolgsüberprüfung. Unter der Zielperspektive einer umfassenden Handlungskompetenz orientieren sich dabei auch die Lernerfolgskontrolle, Beurteilung und Notengebung an den Pädagogischen Perspektiven und den Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts.

Die Kriterien für die Notengebung sollen für Schülerinnen und Schülern transparent sein, die jeweilige Überprüfungsform soll den Lernenden auch Erkenntnisse über die individuelle Lernentwicklung in wechselnden Kontexten und in ansteigender Lernprogression ermöglichen. Die Beurteilung von Leistungen soll demnach mit der Diagnose des erreichten Lernstandes und individueller Beratung verbunden werden.

Die jeweilige Lerngruppe und die einzelne Schülerin bzw. der einzelne Schüler sollte angemessen in den Bewertungsprozess mit einbezogen werden. Wichtig für den Lernfortschritt ist es, bereits erreichte Kompetenzen stärkenorientiert herauszustellen und die Lernenden – ihrem jeweiligen individuellen Lernstand entsprechend – zum Weiterlernen zu ermutigen. Dies wird individuell durch beurteilungsfreie Lernphasen unterstützt.

3.1 Allgemeine Grundsätze

Ausgehend von den allgemeinen Grundsätzen der Lernerfolgsüberprüfungen der Richtlinien und Lehrpläne der Sekundarstufen I an Gesamtschulen in NRW, hat sich die Fachschaft Sport der Europaschule Troisdorf auf ein Grundgerüst der Leistungsüberprüfung geeinigt, welches zunächst einmal prinzipiell für alle Jahrgangsstufen anzuwenden ist. Es handelt sich dabei um das so genannte „MEISTER-Modell“ und soll im Weiteren kurz skizziert werden.

Die einzelnen Buchstaben des Wortes „MEISTER“ stehen für die Anfangsbuchstaben unterschiedlicher Anforderungsbereiche, die in der Summe für die Schülerinnen und Schüler ein transparentes, leicht verständliches und unkompliziertes Bewertungsraster darstellen soll. Diese Anforderungsbereiche drücken die von den Richtlinien und Lehrplänen verbindlichen Bewertungskriterien in komprimierter Form aus. Dabei werden neben den sportmotorischen Leistungen ebenso die weiteren fachlichen Kompetenzen berücksichtigt. Bei der Leistungsbeurteilung werden sowohl punktuelle Überprüfungsformen, bei denen zum Abschluss einer Reihe für alle Schülerinnen und Schüler die gleichen Anforderungen gestellt werden, als auch unterrichtsbegleitende Lernerfolgsüberprüfungen, wobei der Unterrichtsverlauf in den Mittelpunkt der Bewertung rückt, gleichermaßen berücksichtigt.

Motorische Leistungsfähigkeit

Einsatzbereitschaft

Individuelle Leistungsverbesserung

Sozialverhalten

Theoretische Leistungen

Einhalten von Regeln

Referate und alle sonstigen Leistungen

Die Schülerinnen und Schüler werden zu Beginn eines jeden Schuljahres über dieses Bewertungsmodell informiert, sodass für alle Beteiligten ein möglichst transparentes Bild zur Notenbildung entsteht. Zu Beginn einer jeden Unterrichtseinheit wird seitens der Lehrkraft offengelegt, wie die Überprüfung entsprechend der UV-Kartenrückseiten aussieht, sodass von Beginn an ein transparentes und zielgerichtetes Arbeiten ermöglicht wird.

Da die Unterrichtsvorhaben in einem Bewegungsfeld aufeinander aufbauen und einer Progression folgen, werden die Anforderungen insgesamt zunehmend komplexer und anspruchsvoller. Die Gewichtung hängt von der Jahrgangsstufe, dem Unterrichtsvorhaben und der leitenden Pädagogischen Perspektive ab. Bei punktuellen Leistungsüberprüfungen ist darauf zu achten, dass von der Lehrkraft mindesten zwei Termine angeboten werden, um möglichst allen Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit der Erbringung der geforderten Leistung einzuräumen. Bei Gruppenüberprüfungen, wie z. B. bei der Entwicklung einer Tanzchoreografie in Kleingruppen, wird neben der Gruppenbewertung immer auch eine individuelle Note erteilt, um abschließend daraus eine Gesamtnote zu ermitteln. Gruppenüberprüfungen eignen sich dazu, um Schüler bei der Notengebung ein Gefühl zur Bewertung zu geben.

3.2 Die Elemente des „MEISTER-Modells“

Motorische Leistungsfähigkeit

In Spiel und Sport ereignet sich das pädagogisch Bedeutsame zunächst in und durch Bewegung, womit zugleich die Körperlichkeit der Schülerinnen und Schüler in besonderer Weise angesprochen wird. Die motorische Leistungsfähigkeit nimmt demzufolge eine zentrale Position innerhalb der Leistungsbewertung ein, wobei dies wiederum von der Jahrgangsstufe, dem Unterrichtsvorhaben und der leitenden Pädagogischen Perspektive abhängt.

Einsatzbereitschaft

Eine mangelnde Einsatzbereitschaft eines Einzelnen kann zu erheblichen Minderleistungen für eine gesamte Gruppe bzw. zu Gefährdungen führen. Es wird von den Schülerinnen und Schülern eine kontinuierliche Einsatzbereitschaft verlangt, auch wenn bei einer bevorstehenden Lernerfolgskontrolle ein vielleicht sehr gutes Ergebnis aufgrund motorischer Präferenzen bereits als wahrscheinlich gilt. So wird unterstrichen, dass nicht nur eine Abschlussüberprüfung für die Notengebung ausschlaggebend ist, sondern ebenfalls die Einsatzbereitschaft während der Unterrichtsreihe die Notenfindung im Rahmen der unterrichtsbegleitenden Bewertung bestimmt.

Individuelle Leistungsverbesserung

Bei jeder Schülerin und jedem Schüler, egal welches Ausgangsniveau, soll am Ende einer Unterrichtsreihe ein höheres Niveau angestrebt und auch erreicht werden. Dieser Punkt erweist sich vor allem bei etwas schwächeren Schülerinnen und Schülern als motivationsfördernd, da immer auch der Prozess und der individuelle Fortschritt als Solcher bewertet wird.

Sozialverhalten

Im Fach Sport können besonders gut Aussagen über das Sozialverhalten gemacht werden und sind deshalb wichtiger Bestandteil des allgemeinen Notenbildes. Ein effektiver Sportunterricht für Alle ist nur dann ohne Probleme möglich, wenn sich jeder am Auf- und Abbau von Gerätelandschaften sowie an schnellen Gruppenbildungsprozessen beteiligt. Außerdem spielen beim Sportunterricht der Fairplay-Gedanke und kooperative Arbeitsformen eine übergeordnete Rolle. Vor allem die heterogene Gruppenzusammensetzung erwartet von Schülerinnen und Schülern ein hohes Maß an Rücksichtnahme, Verständnis, Toleranz, Empathie und Hilfsbereitschaft, sodass ein gemeinsames Sporttreiben, insbesondere die Freude am Sport, erst ermöglicht wird.

Theoretische Leistungen

Die theoretischen Leistungen gewinnen von Jahrgangsstufe zu Jahrgangsstufe zunehmend an Wichtigkeit. Während in der Jahrgangsstufe 5 beispielsweise noch einfache und dem Alter entsprechend abgespeckte Bewegungsabläufe beschrieben werden sollen, werden die Ansprüche in der Mittelstufe komplizierter und komplexer, wie z. B. Grundprinzipien der Biomechanik oder der Trainingslehre.

Einhalten von Regeln

Der Bereich Einhalten von Regeln bildet den sechsten Teilaspekt der allgemeinen Leistungsbewertung. Ohne (Spiel)Regeln wäre Sport(unterricht) nicht möglich. Das gilt für das Fach Sport noch mehr als für alle anderen Fächer. Durch das Nichteinhalten von Regeln kann der Sportunterricht in höchstem Maße beeinträchtigt und sogar gefährdet werden.

Referate und alle sonstigen Leistungen

Den Abschluss des „MEISTER-Modells“ bildet der Punkt „Referate und alle sonstigen Leistungen“. Sonstige Leistungen sind u. a. schriftlich angefertigte Hausaufgaben, schriftliche Übungen, das Übernehmen von Unterrichtsabschnitten wie z.B. das Aufwärmen oder das Halten ganzer Unterrichtsstunden. Dieser Bereich gewinnt vor allem in höheren Jahrgangsstufen an Bedeutung. Können im Fach Sport aufgrund von Verletzung keine sportmotorischen Leistungen erbracht werden, so wird die betroffene Schülerin oder der betroffene Schüler zunächst so in das Unterrichtsgeschehen integriert, dass trotzdem eine Beurteilung seitens der Lehrkraft möglich ist (Beobachtungs-, Schiedsrichter- und Organisationsfunktionen etc.). Sollte sich die sportliche Inaktivität über einen längeren Zeitraum hinziehen (mehrere Wochen), so bietet sich die Möglichkeit einer Ersatzleistung an, wie etwa das Halten eines Referates.

3.3 Leistungsanforderungen - Kriterien zur Leistungsbewertung

Die unterrichtsspezifischen Leistungsanforderungen hinsichtlich der einzelnen Bewegungsfelder lassen erfolgen über eine ausgearbeitete LEISTUNGSBEWERTUNGSTABELLE (s. Anhang).

Bewegungsfeld 1 – Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

| Unterrichtsvorhaben | Std. | Kompetenzen (Bewegung und Wahrnehmung; Methoden; Urteil) | PP /Inhaltliche Schwerpunkte | Kriterien Leistungsbewertung |
|--|-------------|--|-------------------------------------|--|
| Jahrgang 5 und 6 | | | | |
| <p>UV 1: Ich erlebe Spannungswechsel – Erfahrungen mit Spannung und Entspannung des Körpers!</p> <p><i>Möglicher Europabezug: Die Körpererfahrungen sind in den europäischen Bezüge der anderen Bewegungsfelder immanent.</i></p> | 4 | <ul style="list-style-type: none"> • BWK: • eine grundlegende Entspannungstechnik (z.B. Phantasie- reise, Entspannungsmassage) angeleitet ausführen sowie die hervorgerufenen Wirkungen beschreiben. • MK: • Beschreibung und Verbalisierung von Entspannungserfahrungen • • UK: • SuS können individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter, vorgegebener Kriterien beurteilen • | A, F (a1, f2) | <ul style="list-style-type: none"> • sich auf verschiedene Entspannungsverfahren einlassen • Anstrengungsbereitschaft (an Grenzen gehen) • Kenntnisse über die Unterschiede zwischen Spannung und Entspannung |
| <p>UV 2: Körper und Geist auf Touren – Freudvolle Einstimmung (psychisch, physisch und sozial) auf sportliche Betätigung erfahren und selbstständig anwenden lernen</p> | 5 | <ul style="list-style-type: none"> • BWK: • ihre Leistungsfähigkeit (z.B. Anstrengungsbe- reitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination , Kraft , Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel - , Leistungs- und Kooperationsformen zeigen und grundlegend beschreiben. • • eine grundlegende Entspannungstechnik (z.B. Phantasie- reise, Entspannungsmassage angeleitet ausführen) sowie die hervorgerufenen Wirkungen beschreiben. • MK: • allgemeine Aufwärmprinzipien (Allgemeine Erwärmung, Dehnen, funktionelle Kräftigung) allein und in der Gruppe anwenden. • • UK: • ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter, vorgegebener Kriterien beurteilen • | A, F (a1, f1, f3) | <ul style="list-style-type: none"> • Möglichkeiten zur Entspannung individuell und unangeleitet nutzen • Konstanz in der Anstrengung (Belastungslevel beibehalten) • Komponenten der Teamfähigkeit kennen und anwenden • Kenntnisse über Auswirkungen von Entspannungsphasen auf den Körper • Umsetzung der Aufwärmprinzipien und Entspannungsverfahren in der Gruppe und individuell |

| | | | | |
|--|---|---|--------------------------|--|
| Jahrgang 7 und 8 | | | | |
| UV 3: Fit und Gesund – Körperliche Leistungsfähigkeit unter gesundheitlichen Aspekten erfahren | 4 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen unter Anleitung weiterentwickeln und dies in einfachen sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten in Ansätzen beschreiben. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale grundlegend beurteilen. | F, D (f2, f3, d1) | <ul style="list-style-type: none"> ● Kenntnisse zur Kräftigung der verschiedenen Muskelgruppen ● Kenntnisse über gesundheitliche Auswirkungen bei Überanstrengung, Ermüdung, Bewegung im aeroben und anaeroben Bereichen ● Pulsmessen und das Ergebnis einschätzen können |
| UV 4: Vom warm up zum cool down – Selbstgestaltetes, kriteriengeleitetes Aufwärmen gestalten und Entspannungstechniken erlernen | 4 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - eine komplexere Entspannungstechnik (z. B. progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Yoga) unter Anleitung ausführen und deren Funktion, Aufbau und Wirkung beschreiben. - sich selbstständig funktional – allgemein und in Ansätzen sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse grundlegend planen sowie dabei die Intensität des Prozesses an den Körperreaktionen wahrnehmen und steuern. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elemente eines Aufwärmprozesses (z. B. Kräftigungs- und/ oder Dehnübungen) nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten. | F, A (f1, a1) | <ul style="list-style-type: none"> ● Übungsformen zum spezifischen Aufwärmen beschreiben und systematisieren ● vor der Gruppe angeleitetes Aufwärmen ● Funktionalität (z.B. Muskelgruppen in Bezug auf folgende Belastung) ● Planung und Durchführung einer Aufwärmphase |
| Jahrgang 9 und 10 | | | | |

| | | | | |
|---|----------|--|---|--|
| <p>UV 5: <i>Mit allen Sinnen die eigene Bewegungsfähigkeit entdecken- Koordinative und motorische Bewegungserfahrungen in verschiedenen Bewegungs- und Gerätearrangements erleben!</i></p> | <p>8</p> | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in komplexeren sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen beurteilen. | <p>C, F (c1,c2,c3, f1,f2,f3)</p> | <ul style="list-style-type: none"> ●Aufstellung eines Gerätearrangements unter Berücksichtigung der gewählten Übungen für die Bewegungskontraste (Spannung-Entspannung) ●korrekte Herangehensweise an die entsprechenden Bewegungsaufgaben ●Belastungssituation einschätzen und verbalisieren |
| <p>UV 6: <i>Die Turnhalle als Fitnessstudio – Fitnessstationen selbstständig entwickeln, erproben, beschreiben und beurteilen unter funktionalen Gesichtspunkten, incl. Warm-up und Cool-down.</i></p> | <p>9</p> | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen. - unterschiedliche Entspannungstechniken (z. B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ein Aufwärmprogramm nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten. - grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung der Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen beurteilen. - gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen. | <p>F, A (f 1,2,3/ a1,a2,a3)</p> | <ul style="list-style-type: none"> ●Durchführung und Reflexion der fitnessspezifischer Übungen ●Kenntnisse zu den fitnessspezifischen Übungen ●Funktionalität der gezeigten bzw. durchgeführten Übungen |

Bewegungsfeld 2 – Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

| Unterrichtsvorhaben | Std. | Kompetenzen (Bewegung und Wahrnehmung/ Methoden/ Urteil) | PP/ Inhaltliche Schwerpunkte | Kriterien Leistungsbewertung |
|--|-------------|---|---|---|
| Jahrgang 5 und 6 | | | | |
| <p>UV 1: Welche Spiele begeistern uns am meisten? - verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und verändern sowie Klassenspiele finden und weiterentwickeln!</p> <p><i>Möglicher Europabezug: Spiele in ganz Europa – kulturelle Spiele europäischer Länder.</i></p> | 12 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten ansatzweise situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden. - einfache Bewegungsspiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele – auch eigenverantwortlich – fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Gelingensbedingungen benennen und erläutern. - 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. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - einfache Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z. B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern. <p>UK :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten. | E/ A (e1-4; a1-2) | <ul style="list-style-type: none"> ●Kooperationsbereitschaft ●Lernbereitschaft ●Anstrengungsbereitschaft ●Regeleinhaltung ●Beteiligung an Findung neuer Spielregeln ●Umgang mit anderen SuS in Spiel- und/oder Lösungsfindungssituationen ●z.B. Völkerballvariationen, Alaska, Piratenschiff, Brennballvariationen, Dodgeball, Parteiball etc. |
| Jahrgang 7 und 8 | | | | |

| | | | | |
|--|----|---|--------------------------|---|
| <p>UV 2: <i>Spiele im Team nach festen Strukturen und nach systematischen und organisatorischen Gesichtspunkten spielen lernen – grundlegende Spielfähigkeiten und –fertigkeiten in kooperativen kleinen Spielformen erlernen und ausbauen</i></p> | 15 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ausgewählte spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden. - in unterschiedlichen Spielen nach vorgegebenen Kriterien mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ausgewählte Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele grundlegend beurteilen. | E/ A (e1-4; a1-3) | <ul style="list-style-type: none"> ●Kooperationsbereitschaft ●Lernbereitschaft ●Anstrengungsbereitschaft ●Motorische Leistung (S. ist in der Lage den Ball zu fangen, zu werfen und zu passen) ●Regeleinhaltung ●Viel Bewegung im Spiel ●Alle SuS sind Teil des Spiels ●Ideen/Kreativität zum Ausbau verschiedener Spiele ●Art und Weise der Einbringung eigener Ideen in die Gruppe ●S. ist bereit Verantwortung zu übernehmen ●S. kann Spiele selbstständig organisieren, reflektieren und verbessern ●S. kann Material passend zum Spiel auswählen |
| Jahrgang 9 und 10 | | | | |
| <p>UV 3: <i>„Was macht das gemeinsame Spielen überhaupt aus?“ – Spielideen/ Spielstrukturen erkennen, bewerten, verändern und eigene Spielideen kriteriengeleitet umsetzen Genauso sollen SuS neue Spiel bzw. Bewegungserfahrungen mit Handicap erfahren, austauschen und bewerten!</i></p> | 9 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - komplexere spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Spielen anwenden. - in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln. - Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund selbstständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - komplexe Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – | A/ E (a1, e1-2) | <ul style="list-style-type: none"> ●Kooperationsbereitschaft ●Lernbereitschaft ●Regeln entwickeln und Regeleinhaltung ●Bewertung selbsterfundener Sportspiele ●Regeleinhaltung ●Viel Bewegung im Spiel ●Abwechslungsreich ●Alle SuS sind Teil des Spiels ●Ideenvielfalt & Realisation (Regeln und Material dem Spiel anpassen) ●Umgang mit dem Handicap/der Kultur (z.B. Behindertensport, andere Kulturen) |

| | | | | |
|--|--|---|--|---|
| | | <p>initiiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern.</p> <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spiele – auch aus anderen Kulturen oder dem Behindertensport– hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen. - Heterogenitätsdimensionen (körperliche Voraussetzungen, Geschlecht, Leistungsunterschiede, soziokulturelle Hintergründe) erkennen und beurteilen. | | <ul style="list-style-type: none"> ●z.B. Federfußball, Cricket, Indiacca, Tchoukball, Boules ●z.B. Handicaps: Beine zusammenbinden, Spinnenfußball oder Ballspiele Hand in Hand, einem verdeckten Auge, nonverbal |
|--|--|---|--|---|

Bewegungsfeld 3 – Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

| Unterrichtsvorhaben | Std. | Kompetenzen (Bewegung und Wahrnehmung/ Methode/ Urteil) | PP/ Inhaltliche Schwerpunkte | Kriterien Leistungsbewertung |
|--|------|--|---------------------------------|---|
| Jahrgang 5 und 6 | | | | |
| <p>UV 1: <i>Laufen ohne zu schnaufen – Ausdauerfähigkeiten in Bezug auf Reaktionen des Körpers einschätzen und beurteilen können.</i></p> | 9 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 10 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen benennen <p>UK 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> - die individuelle Gestaltung des Lauftempo bei einer Ausdauerleistung an Hand wahr-genommener Körperreaktionen beurteilen | D, F (d 1-3, f 1-3) | <ul style="list-style-type: none"> • Beteiligung und Anstrengungsbereitschaft beim Ausdauerlauf • individuell sinnvolles Tempo beim Ausdauerlauf (mind. 10 min) wählen können |
| <p>UV 2: <i>Laufen, Springen, Werfen – Einzelne Disziplinen in ihrer Vielfalt auf spielerische Art und Weise anwenden</i></p> | 9 | <p>BWK :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden. - Leichtathletische Disziplinen (u .a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau individuell oder teamorientiert ausführen. <p>MK 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leichtathletische Übungs- und Wettkampf-anlagen sicherheitsgerecht nutzen. | D, A (d 1-3, f 1-3) | <ul style="list-style-type: none"> • Beteiligung und Kooperation bei den Übungen und Spielen • Laufen, Springen und Werfen in der Grobform ausführen können |

| | | | | |
|---|------------------|---|------------------------------------|---|
| <p>UV 3: Schneller, weiter, höher – Wettkampfsituationen unter Leistungsmessung arrangieren und ihre Problematik erfassen.</p> | <p>9</p> | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leichtathletische Disziplinen (u .a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau individuell oder teamorientiert ausführen. - Einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen. - Grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden. | <p>D, F (d 1-3, f 1-3)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Beteiligung und Anstrengungsbereitschaft bei einem leichtathletischen Dreikampf • sportlich faires Verhalten in Wettkampfsituationen |
| <p>Jahrgang 7 und 8</p> | | | | |
| <p>UV 4: Aus der Puste? – Ausdauerleistung anhand von Orientierungs- und Gruppenläufen im Sinne von Durchhalten und sich richtig einschätzen können erbringen.</p> | <p>12</p> | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 20 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben. | <p>D, A (d 1-3, f 1-3)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Beteiligung und Anstrengungsbereitschaft beim Ausdauerlauf • individuell sinnvolles Tempo beim Ausdauerlauf (mind. 20 min) wählen können |
| <p>UV 5: Leistung relativ gesehen – individuellen Voraussetzungen in Wettkampfsituationen gerecht werden.</p> <p><i>Möglicher Europabezug: Thematisieren/ Durchführen einer Leichtathletik-Europameisterschaft. (Jeder startet für eine Land etc.)</i></p> | <p>10</p> | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einen leichtathletischen Mehrkampf unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen und unter Berücksichtigung von Interessens- und Leistungsunterschieden variieren. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen. | <p>D,E (d 1-3; e 1,2,4)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Beteiligung und Anstrengungsbereitschaft beim Üben und Trainieren • Kooperation und sportlich faires Verhalten in der Gruppe |

| | | | | |
|---|----|--|----------------------------|--|
| <p>UV 6: Weitsprung, Sprint, Wurf – leichtathletische Techniken erfahren, verstehen und anwenden.</p> | 10 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technisch-kordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) leichtathletischer Disziplinen ausführen und erläutern sowie für das Aufwärmen nutzen. - Leichtathletische Disziplinen (u. a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigniveau individuell und team-orientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen. | A, D (a 1-3, d 1-3) | <ul style="list-style-type: none"> • Beteiligung und Anstrengungsbereitschaft beim Üben und Trainieren • ein sinnvolles Aufwärmen durchführen können |
| Jahrgang 9 und 10 | | | | |
| <p>UV 7: Fit und gesund! – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern und die Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben.</p> <p><i>Möglicher Europabezug: Veranschaulichung von Weiten, Werten und Höhen europäischer Rekorde.</i></p> | 8 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 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. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.b. tabellarisch, grafisch) erfassen. | F, D (f 1-3, d 1-3) | <ul style="list-style-type: none"> • individuell sinnvolles Tempo beim Ausdauerlauf (mind. 30 min) wählen können • selbstständig Üben und Trainieren zur Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit • grundlegende gesundheitliche Wirkungen des Ausdauertrainings benennen können |
| <p>UV 8: Wir fordern uns heraus! – Neue leichtathletische Disziplinen erproben, üben und festigen.</p> | 8 | <p>BW :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen. | A, C (a 1-3, c 1-3) | <ul style="list-style-type: none"> • Beteiligung und Anstrengungsbereitschaft beim Üben und Trainieren • mindestens eine neue leichtathletische Disziplin in der Grobform beherrschen |

| | | | | |
|---|----------|--|-----------------------------------|---|
| <p>UV 9: Sportliche Wettkämpfe - Einen leichtathletischen Wettkampf planen, gestalten und durchführen.</p> | <p>8</p> | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einen weiteren leichtathletischen Wettkampf (z.B. Mehrkampf Biathlon, Triathlon, Orientierungslauf, Spielfest) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und angemessenen Wettkampfverhaltens vorbereiten und durchführen. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leichtathletische Wettkampffregeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten. | <p>E, D (e 1-4, d 1-3)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Engagement und Kooperation bei der Planung, Gestaltung und Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes • Wettkampffregeln erklären und anwenden können |
| <p>UV 10: <i>Immer weiter, immer schneller! – Die eigenen Leistungen einschätzen, selbstständig trainieren und in einem leichtathletischen Wettkampf zeigen!</i></p> | <p>8</p> | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeiteniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leichtathletische Wettkampffregeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen. | <p>D (d 1-3)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Beteiligung und Anstrengungsbereitschaft beim selbstständigen Üben und Trainieren • grundlegende Bewegungsmerkmale in ihrer Funktion erläutern können |

Bewegungsfeld 4 – Bewegen im Wasser - Schwimmen

| Unterrichtsvorhaben | Stunden | Kompetenzen (Bewegung und Wahrnehmung/ Methoden/ Urteil) | Inhaltliche Schwerpunkte/ PP | Kriterien Leistungsbewertung |
|---|---------|--|------------------------------|--|
| Jahrgang 5 und 6 | | | | |
| <p>UV 1: <i>Ich gewinne Vertrauen und Sicherheit im Wasser – Vielfältige Bewegungsformen und Spiele in unterschiedlichen Wassertiefen (Wassergewöhnung) unter Thematisierung der Sicherheitsaspekte und Baderegeln im Schwimmbad.</i></p> <p><i>Möglicher Europabezug: Wassersportarten aus verschiedenen eur. Ländern.</i> <i>Bsp.: Wasserball – England, Wasserspringen – Schweden, Deutschland</i></p> | 4 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 technischkoordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen. | A/ C (a1-2; c 1-2) | <ol style="list-style-type: none"> 1. Kennen und beachten der Baderegeln 2. Einhalten der Sicherheitsregeln 3. Beobachtung der Körperspannung und der Körperhaltung (Kopf, Füße, Beine) 4. Überprüfen des Gleitens im Wasser 5. Überprüfen des Ausatmens gegen den Wasserwiderstand 6. Sprünge ins tiefe Wasser 7. angstfreies Tauchen 8. Überprüfen des Augenöffnen unter/im Wasser 9. Umsetzen von Bewegungsanweisungen |
| <p>UV 2: <i>Verschiedene Körperpositionen und Antriebsvarianten im Wasser erleben – SuS erfahren spielerisch das Gleiten, Rotieren, Auftreiben und Abtauchen und lernen dabei elementare Gesetzmäßigkeiten zum Fortbewegen im Wasser kennen.</i></p> | 4 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gewichte und Gegenstände transportieren und deren Auswirkungen auf das Schwimmen erläutern. - unter Wasser unterschiedliches Verhalten des Körpers wahrnehmen und steuern <p>MK:</p> | A (a1 u. 3) | <ol style="list-style-type: none"> 1. individueller Lernfortschritt 2. Gleitphasen sind klar erkennbar 3. Antrieb durch: <ol style="list-style-type: none"> a) Beinschlag (Hüftstreckung, Fußstellung) b) Armschlag (S-Form) c) Kopplung von Arm- und Beinschlag (zeitlich richtig) d) saubere technische Ausführung |

| | | | | |
|---|---|---|-------------------------|---|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - Strategien zur Steuerung des Körpers (z.B. Kopfsteuerung) verstehen und anwenden | | <ul style="list-style-type: none"> 4. Atmung/Kopfhaltung im Wasser 5. Tauchen durch Objekte und heraufholen von Objekten |
| <p>UV 3: „Wir erlernen eine Wechsel- oder Gleichzugtechnik - Sicher schwimmen können durch eine spielerische Verbesserung des Wassergefühls/ der Wasserlage z. B. über Gegensatzerfahrungen und das Erlernen bzw. Festigen von mindestens einer Schwimmart!</p> <p>(Ausdauerschwimmen/ Abnahme Schwimmabzeichen)</p> | 8 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - eine Schwimmtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und einfacher Form der Wende auf technischkoordinativ grundlegendem Niveau ausführen. - eine Ausdauerleistung (ca. 10 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit erbringen. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dem Partner Rückmeldung zu thematisierten Kriterien geben (Kopfhaltung z.B.) - mit einem Partner/Gruppe in der Lage sein Arbeitsaufträge selbstständig umzusetzen | A/ D (a3; d1) | <ul style="list-style-type: none"> 1. Ausdauerbereitschaft 2. Überprüfen von 15 min. Schwimmen am Stück 3. mit einem Partner oder der Gruppe arbeiten können 4. gegenseitige Beobachtung und Bewegungsberatung 5. Umsetzen von Bewegungsanweisung 6. Armzug in 4 Phasen deutlich als zyklische Bewegung erkennbar <ul style="list-style-type: none"> a) Arm- und Beinschlag zyklisch b) in Kombination mit Kopfhaltung und Atmung 7. Kopplung der Gesamtbewegung 8. Gesamtbewegung über 15 m ausführen und präsentieren können |
| <p>UV 4: „Der Sprung ins kalte Nass“ – SuS erleben kriteriengeleitet verschiedene Ausgangs- und Eintauchpositionen beim Springen vom Startblock mit besonderem Augenmerk auf die Einhaltung organisatorischer Vorgaben, Regeln und Rücksichtnahme auf MitSuS.</p> | 4 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden. | C/ A (c2,3; a 3) | <ul style="list-style-type: none"> 1. Selbstständigkeit 2. Beteiligung; Überwindung von Ängsten 3. Regeleinhaltung 4. Startsprung <ul style="list-style-type: none"> a) Körperspannung b) saubere Eintauchphase 5. Streckentauchen nach Metern (mind. 10 m) 6. Tieftauchen und Herausholen von Gegenständen aus 2 m Tiefe |
| | | | | |

Bewegungsfeld 5 –Bewegen an Geräten - Turnen

| Unterrichtsvorhaben | Stunden | Kompetenzen (Bewegung und Wahrnehmung/ Methoden/ Urteil) | Inhaltliche Schwerpunkte/ PP | Kriterien Leistungsbewertung |
|---|---------|--|------------------------------|--|
| Jahrgang 5 und 6 | | | | |
| <p>UV 1: <i>Balancieren Stützen, Rollen und Co. – grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten spielerisch erfahren und in Gerätelandschaften austesten!</i></p> <p><i>Möglicher Europabezug: Thematisieren einer Turn-Europameisterschaft (Boden)</i></p> | 9 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten. - technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z. B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Turngeräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen. - in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheitsund gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden. | A/ C (a1-3; c3) | <ul style="list-style-type: none"> •Anstrengungsbereitschaft während der Übungsformen •Auf- und Abbau der Geräte •Individueller Lernfortschritt •Einhalten erarbeiteter Regeln •Mitarbeit / Unterrichtsbeteiligung Kooperatives Verhalten •Leistungserfolg Regeleinhaltung |
| <p>UV 2: <i>Schwingen, Stützen und Springen – Grundtechniken an unterschiedlichen Turngeräten erlernen, Hilfestellungen und Sicherungen von MitSuS erlernen und anwenden und an mindestens einem Gerät sicher präsentieren können!</i></p> | 9 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - elementare Bewegungsformen und grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Hang und Stützgeräte) ausführen. - Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen fließend verbindend und an einer Gerätebahn in der Grobform turnen. <p>MK: s. UV1</p> <p>UK:</p> | A/ D (a1-3; d1) | <ul style="list-style-type: none"> •Sicherheits- und Hilfestellung •Einhalten erarbeiteter Regeln •Mitarbeit / Unterrichtsbeteiligung Kooperatives Verhalten •Leistungserfolg •Qualität der Bewegungsausführung |

| | | | | |
|---|----|---|--------------------------|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten. | | |
| Jahrgang 7 und 8 | | | | |
| UV 3: Turnen an Stationen – Hocke und Hockwende über den Kasten/ Vom Wandhandstand zum Handstand abrollen/ Aufschwung, Umschwung, Unterschwingung am Reck/ Schwingen, Schwungverstärkung, Wenden an den Ringen! | 10 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - an Turngeräten oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf der Basis individueller Fähigkeiten normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden. - an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen. - zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch- koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen. | D/ A (d1-3; a3) | <ul style="list-style-type: none"> •Sicherheits- und Hilfestellung •Anstrengungsbereitschaft •Schwierigkeitsgrad •Qualität der Bewegungsausführung •individueller Lernerfolg •Selbstständiges Arbeiten |
| UV 4: Gemeinsam das Turnen erleben - grundlegende Bewegungsfertigkeiten und akrobatische Kunststücke am Boden für die Gestaltung einer Partner- oder Gruppenkür nutzen - eine Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren und bewerten! | 8 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Reck, Stufen- oder Parallelbarren) ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren. - gemeinsam (z. B. synchron) eine turnerische Bewältigung von Gerätebahnen und Gerätekombinationen realisieren. <p>MK:</p> | B/ A (b1-3; a1-3) | <ul style="list-style-type: none"> •SuS beurteilen Bewegung anhand von Gestaltungskriterien •Qualität der Bewegungsausführung •Synchronität und Bewegungsfluss/ Schwierigkeit •Aktive Mitarbeit in der Gruppe |

| | | | | |
|---|---|---|--------------------------|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbständig organisieren und kooperativ durchführen. - grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen beschreiben und situationsangemessen anwenden. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungssituationen und Bewegungsarrangements im Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen. | | |
| Jahrgang 9 und 10 | | | | |
| UV 5: <i>Wir turnen zusammen – SuS entwickeln eine Gruppenchoreographie an einem Turngerät ihrer Wahl und können die Leistungen anderer Gruppen mit entwickelten Kriterien bewerten und reflektieren!</i> | 6 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert unter Berücksichtigung der individuellen Fähigkeiten und Leistungsmöglichkeiten entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen. <p>MK: s. UV 5</p> <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - die eigene Leistung und die Leistung anderer in Lern- Übungs- und Gestaltungsprozessen nach vereinbarten Kriterien einschätzen sowie eine Präsentation bewerten. | B/ A (b1-3; a2-3) | <ul style="list-style-type: none"> • SuS beurteilen Bewegungen anhand von selbst entwickelten Kriterien • aktive und kooperative Arbeit in der Gruppe/Verantwortung übernehmen • Schwierigkeitsgrad • Qualität der Bewegungsausführung |
| UV6: <i>Le parkour/ Freerunning meets Turnhalle – Hindernisse kreativ, schnell und sicher überwinden, die eigene Leistungsfähigkeit richtig einschätzen lernen und in Kleingruppen einen Freerunningparkour selbstständig entwickeln!</i> <i>Möglicher Europabezug: Thematisieren der subkulturellen Sportart, entstanden in den europäischen Großstädten</i> | 6 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Reck, Stufen- oder Parallelbarren) ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbständig organisieren und kooperativ durchführen. | C/ A (c1-3; a1) | <ul style="list-style-type: none"> • Auf- und Abbau der Geräte • Individueller Lernfortschritt • Anstrengungsbereitschaft • Sicherheits- und Hilfestellung • Ausführungsqualität • Schwierigkeitsgrad • Kooperation • Selbsteinschätzung |

| | | | | |
|---|--|---|--|--|
| <i>(insb. Paris). Thematisieren der primär franz. Fachbegriffe.</i> | | - grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen beschreiben und situationsangemessen anwenden. | | |
|---|--|---|--|--|

Bewegungsfeld 6 – Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz und Bewegungskünste

| Unterrichtsvorhaben | Stunden | Kompetenzen | Inhaltliche Schwerpunkte/ PP | Methodisch- didaktische Entscheidungen |
|---|---------|--|------------------------------|--|
| Jahrgang 5 und 6 | | | | |
| <p>UV 1: <i>Sich ausdrücken durch Bewegung – die Grundbewegungsarten gehen, laufen, hüpfen zur Musik erproben, variieren und kombinieren.</i></p> <p><i>Möglicher Europabezug: Kulturelle Tänze (Bsp.: Sirtaki) Tänze aus den Ländern eurer Wurzeln.</i></p> | 6 | <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/ Musik und Partnerin/ Partner) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (z.B. Gymnastik, Tanz, Pantomime) allein oder in der Gruppe in Ansätzen anwenden. - mit ungewöhnlichen Materialien (z. B. Alltagsobjekte) experimentieren und ausgewählte Grundformen ästhetisch- gestalterischen Bewegens auf andere Objekte übertragen. <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> - durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen. | B/ A (b1-2; a1-3) | <ul style="list-style-type: none"> ● Sich ausdrücken durch Bewegung – die Grundbewegungsarten gehen, laufen, hüpfen erproben, variieren und kombinieren ● Wille zur Umsetzung der Grundbewegungsarten ● Anwenden und Nutzen von Kommunikationstechniken ● Bereitschaft sich auf etwas Neues einzulassen ● Verhalten beim Erproben individueller Bewegungsformen ● Umgang mit eigenen und fremden Bewegungsformen ● Bewältigung ästhetisch-gestalterischer Anforderungen ● Rhythmuseinhaltung, Ausführungsqualität der Arm- und Beinbewegungen ● Ausdruck |
| <p>UV 2: <i>Bewegen mit Handgerät – grundlegende Bewegungskünste mit Seil oder Ball oder anderen Materialien erarbeiten, kombinieren und präsentieren.</i></p> | 6 | <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> - technisch-koordinative Grundformen ästhetischgestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät z. B. Ball, Reifen, Seil bzw. mit Klang- oder Rhythmusinstrumenten ausführen und grundlegend beschreiben <p>MK</p> | B/ A (b1-2; a1-3) | <ul style="list-style-type: none"> ● Bereitschaft zum Bewegungslernen und Wille zur Umsetzung und Koordination der Bewegungsvorgaben ● Anwenden von Methoden selbstständigen Arbeitens und Nutzen von Gruppenarbeits- und Kommunikationstechniken ● Situationsadäquate Kooperation im Umgang mit Konflikten in der Gruppe |

| | | | | |
|--|---|--|--------------------------|---|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z. B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen) entwickeln und präsentieren. <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> - einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten. | | <p>sowie mit heterogener Leistungsbewältigung</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Arbeiten in der Gruppe ● Umgang mit eigenen und fremden Bewegungsformen ● technisch-koordinative Ausführung von Arm- und Bein- und Ballbewegungen ● Bewältigung ästhetisch-gestalterischer Anforderungen, ● Rhythmus, Gleichmäßigkeit ● Ausführungsqualität der Arm- und Bein- und Ball- und Gerätebewegungen (technisch-koordinativ) ● Ausdruck, Ideenvielfalt/ -variation ● Gesamtbild der Choreographie mit Anfang und Abschluss |
| Jahrgang 7 und 8 | | | | |
| <p>UV 3: Sich mit dem/der Partner/in nach Musik bewegen (auch unter Berücksichtigung aktueller Fitnesstrends)- kriteriengeleitetes Erarbeiten, Üben und Kombinieren ausgewählter Grundtechniken.</p> <p><i>Möglicher Europabezug: Bewegungstheater zu europ. Themen, ggf. mit Aufführung.</i></p> | 8 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens ausführen, kombinieren und als Ausgangspunkt für Bewegungsgestaltungen nutzen. - ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/ Musik und Partnerin/ Partner) in Bewegungsgestaltungen – auch in der Gruppe – anwenden und variieren. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sich mit Partnerinnen und Partnern absprechen und gemeinsame Lösungen von komplexeren Gestaltungsaufgaben entwerfen, beschreiben und präsentieren. (genauso UV 4) | B/ A (b1-2; a1-3) | <ul style="list-style-type: none"> ● Bereitschaft sich zur Musik zu bewegen, ● Anwenden und Nutzen von Partnerarbeitstechniken ● Gestaltung der Partnerchoreographie, ● Arbeiten mit dem Partner, ● Umgang mit eigenen und fremden Bewegungsformen, ● Bewältigung ästhetisch-gestalterischer Anforderungen ● Rhythmus, Gleichmäßigkeit ● Ausführungsqualität, ● Ausdruck, Ideenvielfalt/-variation |

| | | | | |
|---|----|--|-------------------|--|
| <p>UV 4: <i>Bewegen mit Handgerät (allein und mit Partner)- qualitative Verbesserung und Erweiterung des Bewegungsrepertoires mit Seil oder anderen Geräten/Materialien; Kombinieren von Einzelementen und Gestalten allein oder mit Partner.</i></p> | 8 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Objekte und Materialien für das ästhetischgestalterische Bewegungshandeln auswählen und variieren. - Bewegungskünste (z. B. Jonglieren, Bewegungstheater, Schwarzlicht- oder Schattentheater) allein und in der Gruppe ausführen. - Bewegungsgestaltungen (z. B. Paar- oder Gruppentänze, Fitnesschoreografien) in rhythmischen Strukturen zu Musik – auch in der Gruppe - umsetzen und präsentieren. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen. | B/ A (b1-2; a1-3) | <ul style="list-style-type: none"> ●Bereitschaft verschiedene Bewegungsmöglichkeiten auszuführen und zu erproben ●partnerschaftlicher Kooperation ●Umsetzung vorgegebener Bewegungsformen ●Entwicklung/ Erprobung neuer Bewegungsformen ●Ausführungsqualität der Bewegungen mit und ohne Handgerät - (Bewegungsweite, Fluss, Ausdruck,) ●Bewegungen passend zur Musik (Rhythmus, Gleichmäßigkeit) ●Kreativität (Ideenreichtum, Variationen, Raumwege) ●Synchronität |
| <p>Jahrgang 9 und 10</p> | | | | |
| <p>UV 5: <i>Sich in der Gruppe nach Musik bewegen – eine komplexe Gestaltung entwickeln, umsetzen und präsentieren. SuS sollen in der Lage sein kriteriengeleitet Bewegungsqualität zu erkennen und kritisch zu beurteilen (auch geschlechterbezogen).</i></p> | 10 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ausgewählte Grundtechniken ästhetischgestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern. - Objekte und Materialien in das ästhetischgestalterische Bewegungshandeln integrieren. | B/ A (b1-2; a1-3) | <ul style="list-style-type: none"> ●Bereitschaft verschiedene Schritte auszuführen und zu erweitern ●Bewegungsformen variieren und ausbauen ●Erstellen passender Bewertungskriterien ●Ausführungsqualität der Bewegungen (Bewegungsweite, Fluss, Intensität) ●Anspruch, Schwierigkeit der Elemente und Übergänge ●Arbeiten in der Gruppe (Kooperations- und Kommunikationstechniken) ●Gestaltung der Gruppenchoreographie (räumlich, dynamisch, rhythmisch) ●Kreativität/Einfallsreichtum ●Musikauswahl/ Umsetzung des Themas |

| | | | | |
|---|----|--|--------------------------|---|
| | | | | <ul style="list-style-type: none"> ●Teamwork/ Synchronität ●Gesamtbild der Choreographie von Anfang bis Ende ●Angemessene Bewertung der Choreographien |
| <p>UV 6: Erarbeitung einer Gruppengestaltung unter Berücksichtigung von Handgeräten oder Materialien – entwickeln und präsentieren einer Gruppenkomposition auf erweitertem Niveau (Gestaltungskriterien) mit gleichen oder unterschiedlichen Handgeräten.</p> | 10 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/ Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen – auch in der Gruppe – auf erweitertem Niveau anwenden und zielgerichtet variieren - ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsabsichten, –aufgaben und –anlässen eigene Kompositionen (z. B. Fitnesschoreografien in der Gruppe, tänzerische Gruppengestaltung) entwickeln, umsetzen und präsentieren. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ihr ästhetisch-gestalterisches Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Bereichen (z. B. Schulsport, Hobbys, Trends der Jugendkultur,...) für eine Präsentation (z. B. auch Schulaufführung) nutzen. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - bewegungsbezogene Klischees (u. a. Geschlechterrollen) beim Gestalten, Tanzen, Darstellen kritisch bewerten und beurteilen. | B/ A (b1-2; a1-3) | <ul style="list-style-type: none"> ●Bereitschaft sich mit verschiedenen Geräten auseinander zu setzen ●Bewegungsformen variieren und ausbauen ●Erstellen passender Bewertungskriterien unter Berücksichtigung gruppenspezifischer Gestaltungskriterien und unter Einbeziehung der Handgeräte ●Zusammenarbeit in der Gruppe (Kooperations- und Kommunikationstechniken) ●Ausführungsqualität der Bewegungen (Bewegungsweite, Fluss, Intensität) ●Gerätebeherrschung ●Anspruch/ Schwierigkeit der Elemente und Übergänge ●Gestaltung der Gruppenchoreographie (räumlich, dynamisch, rhythmisch) ●Kreativität/Einfallsreichtum ●Musikauswahl/ Umsetzung des Themas ●Synchronität/ Taktgefühl ●Gesamtbild der Choreografie von Anfang bis Ende ●Angemessene Bewertung der Choreographien durch SuS |

Bewegungsfeld 7 – Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

| Unterrichtsvorhaben | Stunden | Kompetenzen (Bewegung und Wahrnehmung/ Methoden/ Urteil) | Inhaltliche Schwerpunkte/ PP | Kriterien Leistungsbewertung |
|---|---------|--|------------------------------|---|
| Jahrgang 5 und 6 | | | | |
| UV1: Fangen, Passen, Werfen, Dribbeln – Wir erlernen grundlegende Fertigkeiten im Umgang mit und ohne den Ball (Freilaufen, Anbieten etc.) und sammeln erste Erfahrungen in Mannschaftsspielen! (sportartübergreifend) | 4 | BWK <ul style="list-style-type: none"> - in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen. - sich in einfachen Handlungs-/Spielsituationen taktischangemessen verhalten. MK <ul style="list-style-type: none"> - spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden. | A/E (a1-3; e1-4) | <u>Spielbeobachtung:</u> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendungsfähigkeit der Grundtechniken in Grobform - taktisches Grundverständnis und Umsetzung grundlegender individualtaktischer Verhaltensweisen <u>Techniktest:</u> Ausführungsqualität und -sicherheit der Grundtechniken nach erarbeiteten Bewegungsmerkmalen |
| UV2: BASKETBALL Mit- und gegeneinander spielen! Kleine Basketballspiele (Nummernpassen/ Tigerbasketball/ Kastebasketball) technisch sicher und situativ angemessen bewältigen und regelgeleitet spielen! | 10 | BWK <ul style="list-style-type: none"> - sich in Spielsituationen gegenüber Mitspieler/innen und Gegner/innen fair verhalten und mannschaftsdienlich spielen. - sich in einfachen Handlungs-/Spielsituationen taktischangemessen verhalten. - ein großes Mannschaftsspiel in vereinfachter Form fair mit- und gegeneinander spielen. MK <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktionen benennen. UK | E/ A (e1,3; a1-3) | <u>Spielbeobachtung:</u> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendungsfähigkeit der Grundtechniken - taktisch angemessenes und mannschaftsdienliches Verhalten - Einhaltung erarbeiteter Regeln <u>Techniktest:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Ausführungsqualität und -sicherheit des Positionswurfs nach erarbeiteten Bewegungsmerkmalen • grundlegende Regelkenntnis |

| | | | | |
|---|----|---|--------------------------|--|
| | | - einfache Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen. | | |
| UV3: BADMINTON: „Vielfältige Rückschlagverfahren“ - SuS können sich zu zweit/ in Kleingruppen mit unterschiedlichen Schlägern (Beach-, Feeder, Speedminton-, Badmintonschlägern, Tischtennis) verschiedene Bälle u. a. über Hindernisse hoch, weit und kurz zuspelen. | 6 | BWK - in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen. MK - grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktionen benennen. | A/ E (a1-3; e1-4) | <ul style="list-style-type: none"> ●Anstrengungsbereitschaft während der Übungsformen ● Individuelle Weiterentwicklung beim Clear (hoch-weit) und beim Aufschlag: Sichtbewertung |
| UV 4:BADMINTON: „Spielerfahrungen im eigenen Wettspiel“ – SuS entwickeln ein eigenes Wettkampfspiel mit ausgewählten Schlägern und Bällen und können ihre Erfahrungen kriteriengeleitet beschreiben und reflektieren. | 8 | BWK - ein Partnerspiel in vereinfachter Form regelgerecht, fair mit-und gegeneinander spielen. | E/ A (e3; a3) | <ul style="list-style-type: none"> ●Kooperatives Verhalten ●Fähigkeiten beim Spiel (Ziel treffen, Laufen und „richtig“ stehen) |
| UV 5: „Ein großes Spiel leicht gemacht“ – Vom 10er Ball über Tchoukball zum Mini-Handball! SuS erarbeiten handballspezifische Fertigkeiten und entwickeln dabei eigene Spielideen weiter. | 8 | BWK - ein großes Mannschaftsspiel in vereinfachter Form fair mit- und gegeneinander spielen. MK - einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und umsetzen. | E/ A (e1-3, a3) | <u>Spielbeobachtung:</u> <ul style="list-style-type: none"> ●Anwendungsfähigkeit der erworbenen handballspezifischen Techniken (z.B. Bodenpass, Sprungwurf) ●Umsetzung taktischer Verhaltensweisen (z.B. Freilaufen, Pass in den Lauf) ●Einhaltung erarbeiteter Regeln ●grundlegende Regelkenntnis (z.B. Schritte) ●Impulse bei Weiterentwicklung der Spielidee |
| Jahrgang 7 und 8 | | | | |
| UV 6: BASKETBALL „Mit dem Ball zum Korb“ – SuS festigen und erweitern spielerisch technisch- taktische Grundfertigkeiten (Dribbeln, Passen, Werfen – Freilaufen/ Verteidigen) in erweiterten Spielformen (Zonenbasketball, Brettball...) | 10 | BWK - in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen. - Konflikte mit Mit- und Gegenspielern in Spielsituationen selbstständig lösen. | A/ E (a3;e3) | <u>Spielbeobachtung:</u> <ul style="list-style-type: none"> ●Anwendungsfähigkeit der Grundtechniken in unterschiedlich komplexen Spielformen und -situationen ●Auswahl und Anwendung taktisch-kognitiv ●geeigneter Lösungen in komplexeren Spielsituationen und mannschaftsdienliches |

| | | | | |
|--|---|--|-----------------|--|
| <p>und im Bereich des Minibasketballs (1:1/ 2:2/ 3:2 ...)</p> <p><i>Möglicher Europebezug: Tchoukball aus der Schweiz. Kinball aus der Schweiz. Korfball aus den Niederlande. Hockey aus England.</i></p> <p><i>Europameisterschaften in allen gängigen großen Sportarten.</i></p> | | <ul style="list-style-type: none"> - das ausgewählte große Sportspiel fair, mannschaftsdienlich und regelgerecht spielen. <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen. <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> - verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen. | | <p>Verhalten</p> <ul style="list-style-type: none"> ●Einhaltung erarbeiteter Regeln <p><u>Techniktest:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ●Ausführungsqualität und –sicherheit des Korblegers nach erarbeiteten Bewegungsmerkmalen ●Regelkenntnis u. Regelanwendung |
| <p>UV 7: BADMINTON</p> <p><i>„Von freien Spielerfahrungen zu ersten Grundtechniken“ – SuS erlernen eine Aufschlagtechnik und können grundlegende Unterhandschläge (Vor-/ Rückhand) und Überkopfschläge („Drop und Clear“) in Grobform ausführen und in Spielsituationen anwenden! Zudem kennen sie die grundlegenden Regeln des Badmintonspiels und können kleine Spielformen zur Festigung der Grundtechniken eigenständig organisieren!</i></p> | 8 | <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> - in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen. - sich in komplexen Handlungs- /Spielsituationen taktisch angemessen verhalten. <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und vereinbaren und die Folgen der Regelveränderungen erläutern. | A/ E (a3, e3) | <p>Anstrengungsbereitschaft bei der Weiterentwicklung der verschiedenen Schlagtechniken:</p> <ul style="list-style-type: none"> ●Smash und Clear, ●Drop und Clear ●Ausführung der Technik ●Einhaltung erarbeiteter Regeln |
| <p>UV8: „Mit dem Fuß voran“ -</p> <p><i>SuS sammeln über vielseitige spielerische Erfahrungen (spielgemäß) grundlegende technisch- taktische Erfahrungen im Fußball und können diese auf das Zielspiel übertragen.</i></p> | 6 | <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> - in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen. <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen. <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> - verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen. | E/ A (e1,2; a2) | <ul style="list-style-type: none"> ●Passen und Stoppen ●Stoppen und Verarbeiten <p><u>Dribbeln und Ballführung:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ●Technikbewertung ●Dribbling, Pass, Rückpass und Torschussbewertung (Grad der Ausführung in der Spielsituation) ●Beherrschen von Rückpassregeln und Abseitsregel |

| | | | | |
|---|----|---|-----------------|--|
| <p>UV 9: „Mit dem Schläger voran“ <i>SuS sammeln über vielseitige spielerische Erfahrungen (spielgemäß) grundlegende technisch- taktische Erfahrungen im Hockeyspiel und können diese auf das Zielspiel übertragen.</i></p> | 8 | <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> - in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen. - Konflikte mit Mit- und Gegenspielern in Spielsituationen selbstständig lösen. <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen. | E/ A (e1,2; a2) | <ul style="list-style-type: none"> ●Schlägerhaltung und Schlägerführung ●Beherrschung von Drehgriff, Stoppgriff, Vorhand/Rückhand ●Freilaufen/Stoppen/Passen ●Torschusstechnik ●Ausführung der Techniken |
| Jahrgang 9 und 10 | | | | |
| <p>UV 10: „Up to date im Schulsport“ – SuS lernen Trendsportarten spielgemäß kennen (z.B. Flagfootball/ Frisbee) und können einfache technisch- taktische Elemente auf das vereinfachte Zielspiel übertragen.</p> | 8 | <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> - die Merkmale fairen Spielens reflektieren und erläutern sowie sich aktiv für faire Spielprozesse einsetzen. - taktisches Verhalten in Handlungs- /Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern. <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> - Darstellungen (z. B. Graphik, Foto, Film) von Spielsituationen erläutern und umsetzen. - Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen. <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> - die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen. | | <p><u>Spielbeobachtung:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ●Fähigkeit zur Übertragung und Anpassung in anderen Zusammenhängen erlernter technischer Fertigkeiten auf neue Spielgeräte ●Fähigkeit zur situationsangemessenen Übertragung in anderen Zusammenhängen erworbener taktischer Verhaltensweisen in neuen Spielformen ●Kenntnisse über verschiedene Regelarten und Fähigkeit zur begründeten situationsgerechten Regelanpassung ●Kenntnisse über faires Verhalten und Umsetzung auch ohne Schiedsrichter |
| <p>UV 11: BASKETBALL <i>„Das Ziel vor Augen“ – Technische und taktische Anforderungen komplexer</i></p> | 10 | <p>BWK</p> | E/ A (e1-4, a2) | <p><u>Spielbeobachtung:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ●Anwendungsfähigkeit technisch komplexer Fertigkeiten in verschiedenen Spielsituationen |

| | | | | |
|--|----|--|-----------------|--|
| <p><i>Bewegungen wie Korbleger/Wurfvariationen sowie Verteidigungs- und Angriffsstrategien in Spiel- und unterschiedlichen Turnierformen festigen und anwenden! SuS kennen zudem die grundlegenden Regeln des Basketballspiels und können die Schiedsrichterfunktion übernehmen.</i></p> | | <ul style="list-style-type: none"> - komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben. - das ausgewählte große Sportspiel auf fortgeschrittenem Niveau spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern. <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen. <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> - die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen. | | <ul style="list-style-type: none"> ●Auswahl und Anwendung taktisch-kognitiv geeigneter Lösungen in komplexen offensiven und defensiven Spielsituationen ●Kenntnisse hinsichtlich leistungsbestimmender Faktoren und leistungssteigernder Maßnahmen, sowohl im technischen, als auch im taktischen Bereich ●Regelkenntnis und Regelanwendung als Schiedsrichter ●Turnierorganisation |
| <p>UV12: „Volleyball von Anfang an“ – Vom Ball über die Schnur, über das Mini- Volleyball zum Volleyball! SuS erlernen über kleine Spiel- Übungsformen das Pritschen, Baggern, Zuspielen und Angaben und können diese Grundfertigkeiten auf das Zielspiel übertragen und in einem Turnier präsentieren.</p> | 10 | <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> - komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben. <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen. | A/E (a1-3, e1) | <p><u>Spielbeobachtung:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ●Anwendung der Grundtechniken unter zunehmender Komplexität der Spielsituation ●taktisches Grundverständnis und Umsetzung grundlegender, zunehmend positionsspezifischer, individual- und mannschaftstaktischer Verhaltensweisen <p><u>Techniktest:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ●Ausführungsqualität und –sicherheit der Grundtechniken nach erarbeiteten Bewegungsmerkmalen ●Regelkenntnis und -anwendung |
| <p>UV13: BADMINTON Wir spielen Badminton - auf das Zusammenspiel von Technik, Taktik und Koordination kommt es an! – SuS festigen in Übungs-, Spielformen und Wettkampfsituationen die erlernten Schlagtechniken, können Vorhand- und Rückhandschläge variabel in ihr</p> | 8 | <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> - das ausgewählte Partnerspiel auf fortgeschrittenem Niveau regelgerecht, fair mit und gegeneinander spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern. <p>MK</p> | E/ A (e1-4, a2) | <ul style="list-style-type: none"> ●Einhalten der erarbeiteten Regeln <p><u>Ausführungsgrad von:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ●Smash, Clear, Drop, Cross, Aufschlag (Vorhand und Rückhand) <p><u>In der Wettkampfsituation</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ●Angriffs- und Abwehrverhalten demonstrieren können (Taktikverhalten) |

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| <p><i>Badmintonspiel einbauen und Taktikelemente (Agieren von der Feldmitte, Platzierte Schläge, Angriffs- und Abwehrverhalten) situationsgerecht anwenden. SuS entwickeln ein eigenes Wettkampfturnier, übernehmen die Schiedsrichterfunktion und können Einzel- und Doppelspiele nach regulären Wettkampfregele durchföhren.</i></p> | | <ul style="list-style-type: none"> - Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen. | | |
|--|--|---|--|--|

Bewegungsfeld 8 – Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/ Wintersport

| Unterrichtsvorhaben | Stunden | Kompetenzen (Bewegung und Wahrnehmung/ Methoden/ Urteil) | Inhaltliche Schwerpunkte/ PP | Kriterien Leistungsbewertung |
|--|------------------------|---|------------------------------|--|
| <p>Jahrgangsübergreifend 5- 10 (das Thema Skaten/ Inlineskating wird lediglich im Rahmen von Projekten aufgegriffen)</p> | | | | |
| <p>UV 1: „SuS erlernen die Grundfertigkeiten des Schlittschuhlaufens“:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gleiten auf dem Eis (Partner- und Gruppenspiele) - Vorwärtslaufen (Anhalten/ Bremsen, Richtungsänderungen, Antriebsvarianten) - einen Parcours bewältigen - Vorwärtsübersetzen - Rückwärtsfahren | <p>min. 3 x 4 Std.</p> | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät sicher fortbewegen, sowie die Fahrtrichtung ändern, ausweichen und bremsen. Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen. - Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen. - technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheitsgerecht und Gelände angepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben sowie Möglichkeiten der Bewegungshilfe und -sicherung erläutern. | <p>A/C/F</p> | <p>„Bewegungskönnen“:</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Rollerlaufen“ auf einem Bein - mit Gleitphase auf beiden Kufenkanten (rechtes und linkes Bein) • „Kettenlaufen/Eierschneiden“ vorwärts – beidbeinig durch Knie auseinander- und zusammenführen vorwärts bewegen (innere und äußere Kufenkante abwechselnd mehr belasten) • „Kettenlaufen/Eierschneiden“ rückwärts • Tunneldurchfahrt – durch in die Hocke gehen unter gefassten Händen von Paaren die hintereinanderstehen durchfahren |

| | | | | |
|---|---|--|------------------|--|
| | | <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten. - Gefahrensituationen in ausgewählten Lern- und Übungsprozessen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen erkennen, benennen und vereinbarte Sicherheits- und Organisationsmaßnahmen einhalten. - beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z.B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen, Ruderkommandos, Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gefahrenmomente beim Gleiten oder Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen. - die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen. | | <ul style="list-style-type: none"> ● anlaufen – in die Hocke gehen – sich hinsetzen – über Eis rutschen- aufstehen (vorwärts über die Knie) ● bremsen im Schneepflug (beidbeinig) und mit einem ausgestellten Bein ● Hockey-Stopp für Fortgeschrittene ● Vorwärts übersetzen <p>„Wissen“</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Sicherheitsgerechtes Verhalten beim Eislaufen ● Beachtung der vorgeschriebenen Ausrüstung ● Grundlegende Einsatz der Kufenkanten ● Helfen und Sichern eines Partners beim Üben <p>„Begleitende Prozesse“</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Fremdbeobachtung ● Selbstbeobachtung ● Einlassen auf Aufgabenstellung ● Beteiligung an Unterrichtsgespräch |
| Jahrgang 5- 6 | | | | |
| <p>UV 2: „Auf der Rolle“ – SuS erleben das Anfahren, Fahren, Richtungswechsel, Bremsen und Drehen auf dem Rollbrett und können ihre Erfahrungen auf kleine Zieh-, Schiebe- und Transportspiele übertragen!</p> <p><i>Möglicher Europabezug: Tour de France als Einstieg (mediales Großevent)</i></p> | 6 | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - komplexere Bewegungsabläufe des ausgewählten Schwerpunktes beim Gleiten oder Fahren oder Rollen kontrollieren und eine vorgegebene Strecke/Parcours schnell oder ausdauernd bewältigen. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten. | A/C (a1-3; c1-3) | <ul style="list-style-type: none"> ● vorwärts, rückwärts, seitlich fahren, kombinierte Fahrrichtungen (Slalom), Drehungen ● Fahrpositionen – Kniestand, Bauchlage, Bankstellung, Schneidersitz, Hocksitz ● Bremsen aus verschiedenen Fahrpositionen und Bewegungsrichtungen ● Fahren durch Ziehen und Schieben des Partners ● individuelles Fahren durch eigenen Bewegungsimpuls (Hände/Füße) |

| | | | | |
|--|----------|--|------------------------|---|
| <p><i>Triathlon (für jeden Jahrgang) Sportfest</i></p> | | <ul style="list-style-type: none"> - Gefahrensituationen in ausgewählten Lern- und Übungsprozessen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen erkennen, benennen und vereinbarte Sicherheits- und Organisationsmaßnahmen einhalten. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gefahrenmomente beim Gleiten oder Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen. | | <ul style="list-style-type: none"> ●transportieren von Gegenständen (halten, blasen (z.B. TT-Ball), schieben, rollen) ●umsetzen von Bewegungsanweisungen ●mit einem Partner oder in der Gruppe arbeiten ●Sicherheitsregeln kennen, beachten und ausführen ●Selbstständigkeit ●Entwickeln von Staffelspielen in Kleingruppen |
| <p>UV 3: <i>Das Rollbrett als Spiel- und Showelement“ – SuS entwickeln einfache Spiele mit Zusatzgeräten und können kriterien- und technikgeleitet eine eigene Bewegungskhoreographie mit Rollbrett entwickeln (z.B. „Fallschirmspringer“; „Starlight-Express“)</i></p> <p><i>Möglicher Europabezug: Rollschuhfahren, Waveboard - England</i></p> | <p>6</p> | <p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen. - technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheitsgerecht und Gelände angepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben sowie Möglichkeiten der Bewegungshilfe und -sicherung erläutern. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen. | <p>B/ A (b1-3; a1)</p> | <ul style="list-style-type: none"> ●Rollbretter zu Fahrzeugen verwandeln (kl. Kasten, großer Kastendeckel, Langbank...) und zu mehreren damit fahren ●sich an etwas entlanghangeln (Seile, Bankgasse, Reckstange, Schwebelbalken....) mit und ohne Hindernisse ●mit einem Partner oder in der Gruppe arbeiten ●Sicherheitsregeln kennen, beachten und ausführen ●Selbstständigkeit ●„ Wasserballspiel“ auf Rollbrettern mit Softball ●darstellerische Ausdrucksformen (z.B. verlangsamten, beschleunigen, rhythmisieren, anpassen an einen oder mehrere Partner) kennen lernen ●choreographisch eine „Bewegungsanregung“ in einer Gruppe unter festgelegten Kriterien (z.B. –Anfang, Entwicklung einer Geschichte, Raum-, Formations-, Dynamikgestaltung, Ende) gestalten ●Feedback kriteriengeleitet geben ●Kritik annehmen und zur Weiterarbeit nutzen |

Bewegungsfeld 9 – Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

| Unterrichtsvorhaben | Stunden | Kompetenzen (Bewegung und Wahrnehmung/ Methoden/ Urteil) | Inhaltliche Schwerpunkte/ PP | Kriterien Leistungsbewertung |
|--|----------------|--|-------------------------------------|--|
| Jahrgang 5 und 6 | | | | |
| <p>UV 1: Kooperationsspiele: Gegeneinander setzt ein Miteinander voraus – Mit SuS Körperkontakt anbahnen, Kooperationsbereitschaft und Vertrauen entwickeln.</p> | 6 | <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> - durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von grundlegenden Techniken zum Erfolg verhelfen. | C/ E (c1,2; e1,2) | <ul style="list-style-type: none"> ● Achtsamkeit und Rücksichtnahme im direkten Körperkontakt ● Anstrengungsbereitschaft und Unterrichtsbeteiligung ● Regeleinhaltung ● Kooperative Verhaltensweisen in der Gruppe ● Verlässlichkeit (Vertrauen und Verantwortung) ● Helfendes Miteinander, aber auch Hilfe annehmen ● Wahrnehmungen und Erfahrungen verbalisieren können |
| <p>UV 2: Auf dem Weg zum „Zweikämpfen“ – SuS erleben die Rolle des Verteidigers/ Angreifers und entwickeln reflexionsgeleitet ihren eigenen Regelkatalog!</p> <p><i>Möglicher Europabezug: Gladiatorenkämpfe im alten Rom – ggf. fächerübergreifender Unterricht mit Geschichte.</i></p> <p><i>Boxen (England) – auf Pratzen (Kinder Stark machen) Selbstverteidigung</i></p> | 4 | <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> - normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> - durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von grundlegenden Techniken zum Erfolg verhelfen. <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> - einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten. | C/E (c2,3; e1,2) | <p>Beispiel Beobachtungsbogen = SuS ...</p> <ul style="list-style-type: none"> ● lässt den Körperkontakt zu ● strengt sich im Kampf sichtlich an ● geht respektvoll mit schwächeren Schülern um ● bemüht sich auch gegen Stärkere zu bestehen ● setzt erarbeitete Technikelemente im Zweikampf um ● Verhält sich taktisch (Angreifen/ Verteidigen) geschickt und angemessen ● kämpft innerhalb der vorgegebenen Regeln ● leitet in der Schiedsrichterrolle das Kampfgeschehen |

| | | | | |
|---|---|---|------------------|---|
| | | | | <ul style="list-style-type: none"> ● hält Rituale ein ● kann Erfahrungen aus den Kampfsituationen kriteriengeleitet reflektieren |
| <p>UV 3: Kräfte messen und das Spiel mit der Kraft erleben (schieben, ziehen, widerstehen, ausweichen) – Fairness, Achtsamkeit und Rücksicht in Zweikampfsituationen entwickeln und bei der Einteilung von Kampfpaarungen ein Gespür für die Chancengleichheit anbahnen.</p> | 4 | <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> - sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und Verantwortung für sich und die Partnerin/den Partner übernehmen. <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> - die Chancengleichheit von Kampfpaarungen in Kampfsituationen beurteilen. | C/E (c2,3; e1,2) | <ul style="list-style-type: none"> ● Anstrengungsbereitschaft während der Übungs-/Spielphasen ● Regeleinhaltung ● unterschiedliche Spannungszustände können situationsabhängig abgerufen werden ● Gleichgewichtsfähigkeit wird durch vielfältiges Zwei-Kämpfen verbessert und kann situationsadäquat eingesetzt werden ● gegnerische Angriffsimpulse können energieökonomisch für eigene Aktionen genutzt/ umgeleitet werden ● Zweikampf- und Spielerfahrungen können auf ein eigenständig zu entwickelndes Zweikampfspiel am Boden oder im Stand um bzw. mit ein Gerät übertragen werden |
| Jahrgang 7 und 8 | | | | |
| <p>UV 4: Vom unkontrollierten Stürzen zum sicheren Fallen – Verhaltensweisen beim sicheren Fallen aus verschiedenen Ausgangssituationen erproben und erlernen für die zielgerichtete Anwendung in Zweikampfsituationen!</p> | 4 | <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> - normgebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen (z. B. bei grundlegende Wurf-, Fall und Bodenkampftechniken) von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen. <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden. | C/E (c2,3; e1,2) | <ul style="list-style-type: none"> ● Falltechniken können variabel und sicher abgerufen werden (durch antizipiertes Fallen Verletzungen vermeiden) ● der Körper wird in Flug und bei der Landung kontrolliert ● Anstrengungsbereitschaft Falltechniken zu erlernen ● Ängste wahrnehmen und gezielt abbauen (gezieltes Einüben und an sich arbeiten) ● Hilfestellungen und Tipps annehmen und umsetzen können ● Sozial-kooperative Verhaltensweisen in offenen Unterrichtsphasen |

| | | | | |
|---|---|---|------------------|---|
| <p>UV 5: Wir kämpfen am Boden und im Stand– SuS kämpfen regelgeleitet um Gegenstände, den Raum und Körperpositionen und können diese Erfahrungen kriteriengeleitet reflektieren und daraus körperliche Vor- und Nachteile benennen und Nachteilsausgleiche entwickeln.</p> | 4 | <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> - körperlich bedingte Vor- und Nachteile erkennen, benennen und Nachteilsausgleiche entwickeln und umsetzen. <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> - durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von komplexen Techniken zum Erfolg verhelfen. <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> - komplexe Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten. | C/E (c2,3; e1,2) | <ul style="list-style-type: none"> ● Eroberungs- und Verteidigungsstrategien werden entwickelt und können situationsgerecht verändert werden ● Klare Regeln zum kampfbetonten Handeln in Kleingruppen finden, akzeptieren, einhalten und ggf. variieren ● Wahrnehmungen, Gedanken und Gefühle beim Kämpfen austauschen ● den Partner-Gegner in bestimmte Körperpositionen bringen können ● Einbringen und Umsetzen erlernter Technik-/ Zweikampfelemente ● Erarbeitung eigener Wurf- oder Haltetechnik |
| <p>Jahrgang 9 und 10</p> | | | | |
| <p>UV 6: „Kultivierter Zweikampfsport“ (z.B. Judo/ Ringen/...)- SuS erproben und entwickeln partnerschaftlich Wurf-, Fall- und Haltetechniken (teilweise sportartspezifisch) und können diese situationsgerecht anwenden und ihre Fertigkeiten und fairen Verhalten im Zweikampf beurteilen!</p> <p><i>Möglicher Europabezug: Fechten – Projektwoche in Kooperation mit Herrn Jansen, VfL St. Augustin. Tel . 0175 - 2031398</i></p> | 4 | <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 grundlegend in ihrer Funktion erläutern. <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> - kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben. <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> - die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen nach vereinbarten Kriterien beurteilen. | C/E (c2,3; e1,2) | <ul style="list-style-type: none"> ● Judotechniken gezielt einüben und erproben und leistungsorientiert anwenden können (2 x Haltetechniken/ 2 Wurftechniken technikorientiert demonstrieren) ● Kraftwiderstand gegen einen Partner aufbauen und aufrecht erhalten ● eigene Kräfte und fremde Gegenkräfte wahrnehmen und entsprechend darauf reagieren ● Physikalische Grundlagen, z.B. Ansatzpunkte von Kraftimpulsen, Summierung von Kräften im partnerschaftlich abgesprochenen Spiel mit der Kraft erarbeiten und anwenden ● die Bedeutung psychischer Vorgänge im Kräften messen erkennen und benennen ● angreifenden Kräften durch geschicktes Ausweichen die Wirkung nehmen (Taktikelemente anwenden können) |

| | | | | |
|--|---|---|------------------|---|
| | | | | <ul style="list-style-type: none"> • Kultivierung körperlicher Auseinandersetzung durch Regeln |
| <p>UV 7: <i>Wir gestalten ein eigenes Zweikampfturnier – SuS entwickeln ein Turnier unter dem Aspekt der Fairness und Chancengleichheit, führen dieses eigenständig durch und übernehmen die Schiedsrichterrolle!</i></p> | 4 | <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> - mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen. <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten. <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen. | C/E (c2,3; e1,2) | <ul style="list-style-type: none"> • Mitarbeit/ Beteiligung bei der Organisation und Durchführung • Übertragung gemachter Zweikampferfahrungen auf Regelkatalog • Zielgerichtete Übernahme der Schiedsrichtertätigkeit • Technischelemente der Judoreihe, können auf den Zweikampf übertragen und angewendet werden |

