

HÖLDERLIN

Städtisches Hölderlin-Gymnasium Köln mit bilinguaalem Zweig Englisch

Schulinternes Curriculum Sport mit Leistungskonzept

erstellt

2012/2013

HÖLDERLIN

Städtisches Hölderlin-Gymnasium Köln mit bilingualem Zweig Englisch

Inhaltsverzeichnis

Jahrgangsstufe	Thema	Seite
Jahrgangsstufe 5		
UV 1 - Spielen	Sammeln von Kenntnissen und Erfahrungen in kleinen Spielen als Grundlage zum Ausbau von Spielfähigkeit und eines Bewusstseins über die Möglichkeit von Regelveränderungen	5
UV 2 - Basketball 1 / 3	Wir spielen alle mit : Vom Linienball zum Kleinfeldspiel (3-3): Geplantes Angreifen durch Passen und Freilaufen mit abschließendem Korbwurf	7
UV 3 - Turnen	Wir turnen und springen gemeinsam- eine Bodenkür mit Sprungelementen als Synchronkür	9
UV 4 - Leichtathletik	Laufen ohne zu schnaufen: Verbesserung der aeroben Ausdauerfähigkeiten und Entwicklung eines individuellen Tempogefühls sowie das Erlernen verschiedener grundlegender Wurftechniken mit unterschiedlichen Sportgeräten	11
UV 5 - Waveboard	Das Erleben des Rollens, Gleitens und Fahrens mit dem Waveboard als Grundlage für das Erlernen neuer Bewegungen und zur Verbesserung der eigenen Körperwahrnehmung.	13
Jahrgangsstufe 6	Thema	Seite
UV 1 - Leichtathletik	Leichtathletik: Schnell ans Ziel – alleine oder gemeinsam Lauf-ABC, Sprint- und Staffelwettbewerbe	15

UV 2 - Turnen	Mit Sicherheit! - Felgbewegungen an Reck und Barren sachgerecht und situationsbezogen mit Sicherheits- und Hilfestellung turnen	17
UV 3 - Turnen + Gestalten	Wir gestalten gemeinsam einen Zirkusauftritt! Akrobatik und Jonglage als Bewegungskünste zur Verbesserung der kreativen Gestaltungsfähigkeit und zur Förderung der Präsentationsfähigkeit	19
UV 4 - Badminton 1 / 3	Vom Federball zum Badminton. Wir spielen mit- und gegeneinander hoch und weit: das Erlernen grundlegender Schlagtechniken (Aufschlag, Überkopfschlag) in der Grobform und deren taktische Anwendung in der Spielsituation 1 : 1	21
UV 5 - Spiele	Kennenlernen eines Spieles aus einer anderen Kultur	23
Jahrgangsstufe 7	Thema	Seite
UV 1 - Turnen	Turnen einmal anders - Le Parkour = Schnell, sicher, effizient	25
UV 2 - Basketball 2 / 3	Vom Streetball zum Basketball - Erlernen, Üben und Verbessern der individuellen technischen Fertigkeiten zum Erlangen einer spielerischen Handlungsfähigkeit	27
UV 3 - Leichtathletik	Mehrkampf unter Wettkampfbedingungen: Der Högy-Triathlon HWS (Hochsprung, Schlagballweitwurf, Sprint Halle oder 75 Meter) mit einem Vorher- /Nachhervergleich	29
UV 4 - Badminton 2 / 3	Das Festigen der Grundschläge hoher Aufschlag und Überkopfschlag sowie die Einführung von Unterhand bei VH und RH und des kurzen Aufschlags zum Erwerb einer grundlegenden spielerischen Handlungskompetenz im Spiel 1 - 1	31
UV 5 - Gestalten	Das Erlernen grundlegender Bewegungselemente mit dem Seil als Grundlage zum Erwerb von Kenntnissen und Erfahrungen über Bewegungsverbindungen	33
Jahrgangsstufe 8	Thema	Seite
UV 1 - Leichtathletik	Schnell- auch auf langen Distanzen	35

UV 2 - Basketball 3 / 3	Erproben, Erlernen und Üben des organisierten Positionsangriffs im Spiel 5-5	37
UV 3 - Gestalten	Erstellen und Präsentieren eines darstellendes Spiels in der Gruppe unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungsparameter Zeit, Raum, Dynamik und formaler Aufbau sowie des Gestaltungsprinzips der Verfremdung (Bsp. Stockkampf)	39
UV 4 – Ringen und Kämpfen	Ringen und Kämpfen nach Regeln – Risiko und Wagnis beim fairen Miteinander	41
UV 5 -	Konditionstraining – Verbessern der individuellen körperlichen Konstitution	43
Jahrgangsstufe 9	Thema	Seite
UV 1 – Leichtathletik (Springen und Stoßen)	a) Hochsprung: Wir springen hoch – Erproben und erlernen verschiedener Hochsprungstechniken b) Kugelstoßen- Vom Wurf zum Stoß	45 47
UV 2 - Turnen	Mini-Tramp: Nur fliegen ist schöner	49
UV 3 - Fitness und Gestalten	Fitnessgymnastik und Krafttraining als grundlegende Vorbereitung auf die Skifahrt	51
UV 4 – Badminton 3/3	Lang, kurz, hoch, flach – Wir spielen gegeneinander Badminton auf dem kleinen Feld	53

Vereinbarungen: Die Notenverteilung soll in der Regel mit 60 % auf BWK, 20% MK und 20%UK verteilt sein.

HÖLDERLIN

Städtisches Hölderlin-Gymnasium Köln mit bilinguaalem Zweig Englisch

Jg. 5 / UV 1 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
(2) Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen - Kleine Spiele und Pausenspiele - Spielangebote im Umfeld der Schule und in unterschiedlichen Umgebungsräumen - Erstellen einer Spielesammlung	(a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Wahrnehmung und Körpererfahrung, Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (e) Kooperation und Konkurrenz - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen/Fair Play - Spielregeln und deren Veränderungen	5	10

Thema des UV:

Sammeln von Kenntnissen und Erfahrungen in kleinen Spielen als Grundlage zum Ausbau von Spielfähigkeit und eines Bewusstseins über die Möglichkeit von Regelveränderungen

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- Die SuS können kleine Spiele, die sie aus der Grundschule kennen, gemäß vorgegebener Spielideen und Regeln – orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spieler sowie am Spielmaterial – spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen.

Methodenkompetenz

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

Urteilskompetenz

- Die SuS können Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleinerer Spiele für sich und andere sicher bewerten.

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch- didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
<p>Kleine Spiele und Pausenspiele wie Völkerball, Brennball, Jägerball, Fangenspiele, 10er Ball</p> <p>--> (Frei)-Laufen, Werfen, Fangen</p>	<p>- aus der Grundschule bekannte Spiele werden allen zugänglich gemacht</p> <p>- bestehende und neu vereinbarte Regeln ausprobieren, kleine Spiele verändern, erkunden und umsetzen</p>	<p>Die SuS nehmen aktiv am Spielprozess teil, sie verhalten sich fair und teamorientiert. Sie sind in der Lage, die neu entwickelten Regeln umsetzen.</p> <p>BWK</p> <p>Die SuS können bekannte Spiele anderen verständlich erklären. Sie können ein Spiel (auch mit neuen Regeln) für sich und andere initiieren und arrangieren.</p> <p>MIK</p> <p>Die SuS beurteilen neue Spiele und Regeln für sich selbst sachgerecht.</p> <p>UK</p>	<p>Die aktive Teilnahme der SuS ist zurückhaltend. Sie sind wenig teamorientiert und schaffen es nur sich ins Spiel einzubringen und die neu entwickelten Regeln umzusetzen.</p> <p>BWK</p> <p>Die SuS haben Mühe ein Spiel für andere zu erklären und schaffen es nur ansatzweise und mit Unterstützung für sich und andere ein Spiel zu initiieren und zu arrangieren.</p> <p>MIK</p> <p>Die SuS können mit Hilfe neue Spiele und Regeln für sich selbst sachgerecht beurteilen.</p> <p>UK</p>

Jg. 5 / UV 2 Spielen in und mit Regelstrukturen – Basketball 1 / 3

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
- (7) Spielen in und mit Regelstrukturen	<p>Bewegungsgestaltung</p> <p>(a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wahrnehmung und Körpererfahrung, Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen <p>(e) Kooperation und Konkurrenz</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen - (Spiel-)Regeln und deren Veränderung 	5	12 WS

Thema des UV:

Wir spielen alle mit: Vom Linienball zum Kleinfeldspiel (3-3): Geplantes Angreifen durch Passen und Freilaufen mit abschließendem Korbwurf

Kompetenzerwartungen :

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die SuS können

- sich in unterschiedlichen Angriffssituationen (Gleichzahl bzw. Überzahl) freilaufen und anbieten
- eine Angriffssituation durch raumöffnende Pässe entstehen lassen
- einen Angriff durch einen Korbwurf abschließen
- die grundlegende Idee der Manndeckung umsetzen

Methodenkompetenz

Die SuS können

- einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und in der Praxis anwenden
- grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden.

Urteilskompetenz

Die SuS können

- das Spielverhalten ihrer Mitschüler kriteriengeleitet beurteilen und benennen, warum ein Mitschüler erfolgreich oder nicht erfolgreich am Spieleschehen beteiligt ist
- veränderte Regeln zum Erlernen des Basketballspiels entwickeln

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch-didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung gut / ausreichend	
<p>Linienball, Turmball, 10er-Ball etc. Passen (Druck- und Bodenpass) Korbwurf Sternschritt Freilaufen 2-Kontakt-Regel</p>	<p>Genetische Erarbeitung der Spielidee im Basketball; Regelveränderungen zugunsten einer Vereinfachung des Spiels: z.B. kein Dribbling, keine Schnellangriffe, strenge Auslegung der Schrittregel, Überzahlspiele (2-1; 3-2; 3-2+1); max. 3-3 auf dem kleinen Feld, Mannverteidigung</p>	<p>Die SuS können sich in unterschiedlichen Angriffssituationen nahezu jederzeit sinnvoll freilaufen und anbieten, um so mit ihrer Mannschaft durch eigenes Handeln zum Korberfolg zu kommen. Sie antizipieren die Laufwege ihrer Mitspieler sicher und können effektive Pässe spielen. Sie schließen eine Angriffssituation situationsangemessen ab. BWK</p>	<p>Die SuS können sich in unterschiedlichen Angriffssituationen nur gelegentlich freilaufen und sinnvoll anbieten, und tragen somit nur bedingt zum erfolgreichen Abschluss des Spielzuges ihrer Mannschaft bei. Sie haben Schwierigkeiten die Laufwege ihrer Mitspieler zu antizipieren und effektive Pässe zu spielen. Sie schließen eine Angriffssituation gelegentlich situationsangemessen ab. BWK</p>
		<p>Die SuS können durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren Aufgabenstellungen in der Kleingruppe gemeinsam lösen und ergebnisorientiert kommunizieren. MK</p> <p>Die SuS können Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien beurteilen. UK</p>	<p>Den SuS fällt es schwer durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren Aufgabenstellungen in der Kleingruppe gemeinsam zu lösen und ergebnisorientiert zu kommunizieren. MK</p> <p>Die SuS können Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien nur ansatzweise beurteilen. UK</p>

Jg. 5 / UV 3 Bewegen an Geräten - Turnen

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
(5) Bewegen an Geräten - Turnen - Turnen an Geräten (Boden und Sprunggeräte) - Turnen an Gerätebahnen	(a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Wahrnehmung und Körpererfahrung, Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (b) Bewegungsgestaltung - Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch); Variation von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch) (e) Kooperation und Konkurrenz - Miteinander eine Turnkür planen	5	16 Std.

Thema des UV:

- Wir turnen und springen gemeinsam**
- eine Bodenkür mit Sprungelementen als Synchronkür präsentieren

Kompetenzerwartungen :

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- Die Sus können eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten. Sie können an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen. Sie können in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden.

Methodenkompetenz

- Die Sus können Turngeräte sicher auf- und abbauen, den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten sowie kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfen geben.

Urteilskompetenz

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

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch- didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
<p>A. Boden: Rollen - Rolle vw und rw am Boden, Springen - Sprünge mit Drehung, Stützen - Aufschwingen in den Handstand, Rad</p> <p>B. Sprung: Hocke/Hockwende über den Querkasten, Grätsche über den Bock</p>	<p>Zu A: Festigen der Rolle vw mit abschließendem Strecksprung, Rolle rw ggf. mit Geräterhilfe (schräger Kastendeckel); Über den Hockstütz in den Handstand, ggf. mit Partner- und Geräterhilfe (Wand, Kasten), abrollen oder abschwingen mit Partnerhilfe; Rad: Scherhandstand als Lernvoraussetzung</p> <p>Zu B: Stützen: Vorübungen im Stütz am Reck</p> <p>Material/Bildreihen zum Selberlernen und Experimentieren</p>	<p>Zu A + B: Die SUS können die turnerischen Elemente auf technisch-koordinativ sicherem Niveau mit Geräte- oder Partnerhilfe durchführen. Den Schülern gelingt es sich mit ihrem Partner abzustimmen. BWK</p> <p>Die SUS können die Gestaltungsaufgaben situativ angemessen und der Aufgabenstellung entsprechend umsetzen. Das zur Verfügung gestellte Material wird adäquat verwendet und eingesetzt. MK</p> <p>Die SUS beurteilen sich selbst und andere zutreffend nach ausgewählten Kriterien. UK</p>	<p>Die Bewegungsausführung der Einzelelemente entspricht nur in groben Formen den turnerischen Anforderungen. Die Einzelelemente werden unsicher miteinander kombiniert. BWK</p> <p>Die SUS schaffen es nur ansatzweise die ästhetisch-gestalterischen Grundanforderungen entsprechend der Aufgabenstellung zu bewältigen. Der Umgang mit dem Arbeitsmaterial gelingt nur mit Hilfe. MK</p> <p>Die SUS können die Bewegungsleistungen nur ohne Fachvokabular und sachlich nicht immer angemessen verbalisieren und einschätzen. UK</p>

Jg. 5 / UV 4 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (3)	(a) Bewegungsstrukturen und Bewegungslernen (f) Gesundheit	5	12-15 - 3std. (8-10) - 2std.

Thema des UV:

Laufen ohne zu schnaufen: Verbesserung der aeroben Ausdauerfähigkeiten und Entwicklung eines individuellen Tempogefühls sowie das Erlernen verschiedener grundlegender Wurftechniken mit unterschiedlichen Sportgeräten

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die SuS können ...

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Wurf ABC) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen
- leichtathletische Disziplinen (Ballwurf, Ausdauer) auf grundlegenden Fertigkeiteniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen
- beim Laufen eine Ausdauerleistung von 10 - 60 Minuten gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigen Tempo, unter Berücksichtigen individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegend körperliche Reaktion bei ausdauerndem Laufen beschreiben

Methodenkompetenz

Die SuS können ...

- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden.

Urteilskompetenz

Die SuS können ...

- die individuelle Gestaltung des Lauftempo bei einer Ausdauerleistung anhand wahrgenommener Körperreaktion (Atemfrequenz, Puls, Schweiß, Gesichtsfärbung) beurteilen
- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch- didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
		gut	/ ausreichend
<ul style="list-style-type: none"> - Puls 120 – 140 - Pulsmessung - Daumen mit Eigenpuls - Seitenstechen (Milz, Zwerchfell) B (zu Werfen) <ul style="list-style-type: none"> - Schlagwurf - Schleudern - Druckwurf/Druckpass - Seitwurf/-pass - Bodenpass - beidhändiger Hinterkopfwurf ohne und mit Stemmschritt 	<ul style="list-style-type: none"> A (zu Laufen) <ul style="list-style-type: none"> - Laufpass - Einzel-, Partner-, Gruppenlauf B (zu Werfen) <ul style="list-style-type: none"> - induktive Einführung verschiedener Wurftechniken - Kriterien für Schlagwurf erarbeiten - gegenseitige Fehlerkorrektur - Wettkampf und Messen 	<p>Zu A: SuS können in ihrem individuellen Tempo gleichförmig, in einem ökonomischen Laufstil ohne Unterbrechung 30 Minuten durchlaufen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben</p> <p>zu B: SuS können die grundlegenden technisch koordinativen Fertigkeiten des Schlagwurfs ausführen und in Weite umsetzen BWK</p> <p>zu A: die SuS können ihren Puls in Ruhe und nach Belastung angeben</p> <p>zu B: die SuS können die Schlagwurfweite eigenständig exakt messen. MK</p> <p>zu A: die SuS können das individuelle Lauftempo sowie die Laufökonomie bei einer MZA anhand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen.</p> <p>zu B: die SuS können ihre individuelle Schlagwurftechnik und – weite angemessen beurteilen. UK</p>	<p>Zu A: die SuS können in einem langsamen Tempo ohne Unterbrechungen 10 Minuten durchlaufen und können Fachbegriffe nur mit Hilfe erläutern.</p> <p>zu B: die SuS können die grundlegenden technisch koordinativen Fertigkeiten des Schlagwurfs in Grobform umsetzen und die Mindestweite von 26 Meter (80 Gramm), bzw. 23 Meter (200 Gramm) erreichen. BWK</p> <p>zu A: die SuS können a) ihren Puls entweder nur mit Hilfe oder b) mit akzeptabler Abweichung messen.</p> <p>zu B: die SuS können die Schlagwurfweite a) nur mit Hilfe oder b) nur die ungefähre Weite angeben. MK</p> <p>zu A: die SuS können Körperreaktionen nur mit Hilfestellung gering abweichend beurteilen</p> <p>zu B: die SuS können ihre individuelle Schlagwurftechnik und -weite mit akzeptabler Fehleinschätzung beurteilen UK</p>

Jg. 5 / UV 5 Gleiten, Rollen, Fahren – Waveboard

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
(8) Gleiten, Rollen, Fahren – Rollsport/ Bootsport/ Wintersport	(a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen <ul style="list-style-type: none"> - Wahrnehmung und Körpererfahrung - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (c) Wagnis und Verantwortung <ul style="list-style-type: none"> - Spannung und Risiko, Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst) - Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder –minderung) 	5	6 Std.

Thema des UV:

Das Erleben des Rollens, Gleitens und Fahrens mit dem Waveboard als Grundlage für das Erlernen neuer Bewegungen und zur Verbesserung der eigenen Körperwahrnehmung.

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- Die Sus können sich mit dem Waveboard fortbewegen, Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen.
- Die Sus können Bewegungsabläufe beim Fahren unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekte ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen.

Methodenkompetenz

- Die Sus können grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten.

Urteilskompetenz

- Die Sus können Gefahrenmomente beim Gleiten oder Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter

Kriterien beurteilen.

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch- didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
		gut	/ ausreichend
<p>Losfahren, Schwingbewegungen/ ahren, Bremsen und Kurvenfahren, Frontside-/Backside- Kurve</p>	<p>Erproben und Vertiefen der einzelnen technischen Fertigkeiten in Partnerarbeit Hilfestellungen und Fehleranalyse durch den Partner Zunehmende Schwierigkeiten durch Hindernisse und (einfache) Tricks</p>	<p>Die Sus beherrschen grundlegende technisch- koordinative Fertigkeiten auf dem Waveboard. Sie können ohne Hilfe starten, fahren, bremsen und Kurvenfahren. Der Gesamteindruck der Bewegungsausführung ist sicher. BWK</p> <p>Die Sus können Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens eigenverantwortlich nutzen. Sie verfügen über grundlegende Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken und können diese situativ anwenden. MK</p> <p>Die Sus beurteilen ihre eigenen technisch- koordinativen Fähigkeiten und die der anderen Sus mit Hilfe vorgegebener Kriterien. UK</p>	<p>Die Sus verfügen über mäßig ausgeprägte technisch-koordinative Fertigkeiten auf dem Waveboard. Sie können nur mit Hilfestellung(en) starten, fahren, bremsen und Kurvenfahren. Der Gesamteindruck der Bewegungsausführung ist unsicher. BWK</p> <p>Die Sus wenden Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens rudimentär und mit starker Unterstützung an. Sie verfügen über unzureichende Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken. MK</p> <p>Die Sus besitzen eine schwache Ausprägung der Selbst- und Fremdwahrnehmung in nahezu allen Bereichen. UK</p>

Jg. 6 / UV 1 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (3)	(a) Bewegungsstrukturen und Bewegungslernen (d) Leistung (e) Kooperation und Konkurrenz (f) Gesundheit	6	12-15 - 3std. (8-10) - 2std.

Thema des UV:

Schnell ans Ziel – alleine oder gemeinsam Lauf-ABC, Sprint- und Staffellwettbewerbe

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die SuS können ...

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-ABC, Tiefstart, Staffellübergabe) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie das Lauf-ABC für das Aufwärmen nutzen
- leichtathletische Disziplinen (Sprint und Staffellauf) auf grundlegendem Fertigkeitenniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen
- einen leichtathletischen Wettkampf (50 Meter-Sprint, 4 x 50 Meter-Staffel) unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfvorhaltens durchführen
- individuelles und der Belastung angemessenes Aufwärmen selbstständig ausführen

Methodenkompetenz

Die SuS können

- grundlegende leichtathletische Messverfahren (Stoppen auf 10tel Sekunden) sachgerecht anwenden
- leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (Tiefstartblöcke auf- und abbauen, Freihalten der Wettkampfstrecke, Sicherheitsbewusster Umgang mit Sportgeräten, Startkommando)

Urteilskompetenz

Die SuS können

- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch- didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung gut / ausreichend	
<p>Zur Laufschule</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hopperlauf - Pferdchenlauf - Anfersen - Kniehebelauf - Seitgalopp (mit Armkreuzen) <ul style="list-style-type: none"> - seitliches Überkreuzlaufen - Gehen und Laufen - Sprint und Joggen - Leichtathletik <ul style="list-style-type: none"> - Laufsprung - Steigerungslauf - Intervallläufe 	<p>Schüler als Experten einbinden</p> <p>Laufstile mittels Impuls zusammentragen</p> <p>spielgemäßes Konzept für Sprintschule</p>	<p>Sus können</p> <ul style="list-style-type: none"> - die verschiedenen Lauftechniken, incl. Tiefstart und Sprint sauber ausführen und 50 Meter auf Zeit Sprinten Mä < 8,8 Sek, Jg. ????. (siehe Tabelle) <p>BWK</p> <p>Sus können</p> <ul style="list-style-type: none"> - Laufwettbewerbe fair organisieren und starten - Startanlagen richtig aufbauen und. erkennen - Regelverstöße von Mitschülern und Gefahren im Wettkampfbereich - Zeiten für Laufwettbewerbe korrekt messen und Zieleinläufe erfassen. <p>MK</p> <p>Sus können</p> <p>ihre Laufleistung sowie die Ausführung der verschiedenen Laufstile realistisch einschätzen und beurteilen.</p> <p>UK</p>	<p>die Sus können</p> <ul style="list-style-type: none"> - die verschiedenen Lauftechniken, Tiefstart und Sprint in Grobform ausführen und 50 Meter unter Mä 10,2 Sek. Jg. ??? <p>BWK</p> <p>Sus können</p> <ul style="list-style-type: none"> - mit Hilfestellung Laufwettbewerbe organisieren und starten - mit Hilfestellung Startanlagen aufbauen und erkennen mit Hinweisen und Tipps - Regelverstöße von Mitschülern und Gefahren im Wettkampfbereich <p>MK</p> <p>Sus können</p> <p>ihre Laufleistung sowie die Ausführung der verschiedenen Laufstile grob einschätzen und mit akzeptablen Fehleinschätzungen tendenziell beurteilen.</p> <p>UK</p>

Jg. 6 / UV 2 Bewegen an Geräten - Turnen

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
(5) Bewegen an Geräten - Turnen - Turnen an Geräten (Boden und Sprunggeräte) - Turnen an Gerätebahnen	(a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Wahrnehmung und Körpererfahrung, Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (f) Gesundheit - Unfall- und Verletzungsprophylaxe	6	12

Thema des UV:

Mit Sicherheit! - Felgbewegungen an Reck und Barren sachgerecht und situationsbezogen mit Sicherheits- und Hilfestellung turnen

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- Die Sus können am Reck oder Barren in der Grobform spielerisch oder leistungsbezogen stützen, hängen, schwingen sowie Bewegungsfertigkeiten verbinden. Sie können in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden.

Methodenkompetenz

- Die Sus können Turngeräte sicher auf- und abbauen, den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten sowie kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfen geben.

Urteilskompetenz

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

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch- didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
<p>A: Felgaufschwung mit Geräte- oder Partnerhilfe (mit Lernvoraussetzung Überdrehen rw gehockt an den Ringen);</p> <p>B: Felgumschwung mit Partnerhilfe (Lernvoraussetzung ist das Abschwängen aus dem Stütz in den freien Stütz und wieder zurück in den Stütz)</p> <p>C: Unterschwung</p>	<p>Zu A: Gerätehilfen: Stufenbarren an der Wand -> Aufschwung durch Hochlaufen an der Wand; kleiner Kasten am Reck oder unterer Holm des Stufenbarrens</p> <p>Partnerhilfe: 2 Sus unterstützen den Bewegungsablauf mit beiden Händen am Gesäß</p> <p>Zu B: Partnerhilfe: 2 Sus vor dem Reck unterstützen mit beiden Händen am Gesäß</p> <p>Zu C: Betonung zunächst in die Weite über eine Gummischnur, später in die Höhe</p>	<p>Zu A + B + C: Die Sus können eine grundlegende Körperspannung aufbauen. Sie können sicher stützen. Die Sus können die turnerischen Elemente auf technisch-koordinativ sicherem Niveau mit Geräte- oder Partnerhilfe durchführen und ihre zentralen Merkmale beschreiben. BWK</p> <p>Die Sus können Reck und Barren sicher auf- und abbauen und sind in der Lage durch sicherheitsbewusstes Verhalten adäquate Hilfestellung an den Geräten zu geben MK</p> <p>Die Sus beurteilen sich selbst und andere nach ausgewählten Kriterien. UK</p>	<p>Die Sus verfügen über mäßig ausgeprägte technisch-koordinative Fähigkeiten, die den Anforderungen nur zum Teil entsprechen. Den Schülern gelingt kaum mit Geräte- oder Partnerhilfe die Felgbewegung. BWK</p> <p>Die Sus können den Auf- und Abbau nur mit Unterstützung bewältigen und brauchen Hinweise bei der Hilfestellung. MK</p> <p>Die Sus besitzen eine schwache Ausprägung der Selbst- und Fremdwahrnehmung in mehreren Bereichen. UK</p>
		<p>gut / ausreichend</p>	

Jg. 6 / UV 3 Bewegen an Geräten – Turnen + Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
(5) <u>Bewegen an Geräten – Turnen</u> - Akrobatik	(a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Wahrnehmung und Körpererfahrung, - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens	6	12 +
(6) <u>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste</u> - Pantomime oder Bewegungstheater oder Tanzen in unterschiedlichen Erscheinungsformen oder Jonglage	(b) Bewegungsgestaltung - Gestaltungsformen und –kriterien (individuell und gruppenspezifisch) - Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)		

Thema des UV:

Wir gestalten gemeinsam einen Zirkusauftritt! Akrobatik und Jonglage als Bewegungskünste zur Verbesserung der kreativen Gestaltungsfähigkeit und zur Förderung der Präsentationsfähigkeit.

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- Die SuS können in turnerischen (akrobatischen) Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für ein sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden.
- Die SuS können technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z. B. akrobatische Bank; Akrobatengriff, Flieger, 3er-Kaskade) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben.
- Die SuS können grundlegende Aufstellungsformen und Formationen anwenden und beschreiben.

Methodenkompetenz

- Die SuS können den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten sowie kooperativ beim Auf- und Abbau von Pyramiden Hilfe geben.
- Die SuS können durch gezieltes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- und Gestaltungsaufgaben lösen.
- Die SuS können einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen erarbeiten und präsentieren.

Urteilskompetenz

- Die SuS können Präsentationen (Akrobatik-/ Jonglagenummern) einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z.B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität, Synchronität) bewerten.

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch- didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
<p>A. Akrobatik: Akrobatische Bank, akrobatischer Tisch, Akrobatengriff, Pyramiden (z. B. 3er-/ 6er-/10er-Pyramiden),</p> <p>B. Jonglage: 3-Ball-/Tuch-Kaskade Präsentation</p>	<p>A. Akrobatik: - Erlernen basaler akrobatischer Fertigkeiten (z.B. akrobatische Bank, akrobatischer Tisch) - eigenständige Kombination und Variation dieser Fertigkeiten zu kleinen Pyramiden in Kleingruppen</p> <p>B. Jonglage: (Differenzierung durch Jongliertücher und –bälle): - Erlernen und Einüben von Jonglertrick (Stationenlernen) - Erarbeiten von Gestaltungskriterien für eine ansprechende Zirkusnr./-aufführung - innerhalb frei gewählter Gruppen erarbeiten die Sus eine Akrobatik- und/ oder Jonglagenummer unter Beachtung der Gestaltungskriterien</p>	<p>Zu A und B: Sichereres Bewältigen und eigenständiges Variieren technisch- koordinativer und ästhetisch-gestalterischer Grundanforderungen (z. B. verschiedene 3er- Pyramiden; 3er-Kaskade mit Tüchern). BWK</p> <p>Zu A und B: Engagiertes Einbringen in die Erarbeitung und Präsentation einer Zirkusnummer. MK</p> <p>Zu A und B.: Die Sus können eigene und/oder Präsentationen anderer beurteilen und ihre Einschätzung anhand ausgewählter Kriterien verständlich begründen. UK</p>	<p>Die Bewältigung technisch-koordinativer und ästhetisch-gestalterischer Grundanforderungen (z. B. verschiedene 3er-Pyramiden; 3er-Kaskade mit Tüchern) gelingt selten entsprechend der Aufgabenstellung; einfache Pyramiden/ 3er- Kaskade mit Tüchern können nicht eigenständig variiert werden. BWK</p> <p>Das Einbringen in die Erarbeitung und Präsentation einer Zirkusnummer geschieht lediglich auf Aufforderung der LP. MK</p> <p>Die Sus können eigene und/oder Präsentationen anderer nur schwer beurteilen und ihre Einschätzung kaum anhand ausgewählter Kriterien begründen UK</p>
		<p>gut / ausreichend</p>	

Jg. 6 / UV 4 Spielen in und mit Regelstrukturen - Badminton 1 / 3

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele: - Partnerspiele (Badminton)	Kooperation und Konkurrenz - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Spielformen) - (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen	6	ca. 12 Std.

Thema des UV:

Vom Federball zum Badminton. Wir spielen mit- und gegeneinander hoch und weit:
das Erlernen grundlegender Schlagtechniken (Aufschlag, Überkopfschlag) in der
Grobform und deren taktische Anwendung in der Spielsituation 1 : 1

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die SS können

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten in der Grobform und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern,
- grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären
- ein Partnerspiel in vereinfachter Form mit- und gegeneinander sowie fair spielen.

Methodenkompetenz

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

Urteilskompetenz

Die SS können unter Kenntnis und Anwendung grundlegender Fachbegriffe die Bewegungsausführung von Mitschülern/innen beurteilen.

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch- didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung / Lernerfolgsüberprüfung	
		gut	ausreichend
Badminton - Schläger- und Ballgewöhnung - Technikvermittlung nach dem Taktik – Spiel – Modell - Techniken: Clear und hoher Aufschlag - Taktik: den Gegner aus der zentralen Position zu vertreiben	Spielidee sowie technische Fähigkeiten und taktisches Verhalten werden kontinuierlich erarbeitet.	SS können den hohen Aufschlag und den Überkopfschlag in der Grobform ausführen. BWK SS können ein Spiel entsprechend der Hallensituation regelgerecht organisieren und durchführen. MIK SS können präzise und begrifflich korrekt die Spielkompetenz eines Mitschülers beurteilen. UK	SS haben große Mühe, den hohen Aufschlag und den Überkopfschlag in der Grobform auszuführen. BWK SS haben können nur mit Hilfe ein Spiel entsprechend der Hallensituation regelgerecht organisieren und durchführen. MIK SS können die Spielkompetenz von Mitschülern/innen nur ungenau und mit Hilfe beurteilen. UK

Jg. 6 / UV 5 Spiele aus anderen Kulturen

Bewegungsfeld/Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
(2) Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen - Spiele aus anderen Kulturen (z.B. Baseball, Rugby, Ultimate Frisbee)	(a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Wahrnehmung und Körpererfahrung - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (e) Kooperation und Konkurrenz - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen - Mit- und Gegeneinander, Spielregeln und deren Veränderungen	6	8

Thema des UV:

Kennenlernen eines Spieles aus einer anderen Kultur

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- Die Sus können ein Spiel aus einer anderen Kultur vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund einordnen und spielen.

Methodenkompetenz

- Die Sus können Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z.B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern.

Urteilskompetenz

- Die Sus können Bewegungsspiele aus anderen Kulturen hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen.

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch- didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
		gut	/ ausreichend
Spiel aus einer anderen Kultur (z.B. Rugby, Baseball, Ultimate Frisbee)		<p>Die SuS können das Spiel mit den spezifischen technischen und taktischen Elementen spielen.</p> <p>BWK</p> <p>Die SuS können das Spiel für sich und andere erklären, initiieren und eigenverantwortlich durchführen.</p> <p>MK</p> <p>Die SuS können Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung des Spieles für sich und andere angemessen bewerten.</p> <p>UK</p>	<p>Die SuS haben Mühe das Spiel mit seinen technischen und taktischen Elementen zu spielen.</p> <p>BWK</p> <p>Die SuS schaffen es nur unzureichend und mit Unterstützung für sich und andere ein Spiel zu initiieren und zu arrangieren.</p> <p>MK</p> <p>Die SuS können Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung des Spieles für sich und andere selten angemessen bewerten.</p> <p>UK</p>

Jg. 7/ UV 1 Turnen an Gerätekombinationen

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
(5) Bewegen an Geräten - Turnen - Turnen an Gerätebahnen oder -kombinationen Zum Beispiel Le Parkour	(a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Wahrnehmung und Körpererfahrung, Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (c) Wagnis und Verantwortung - Spannung und Risiko - Emotionen (u.a. Freude und Angst)	7	10

Thema des UV:

Turnen einmal anders - Le Parkour = Schnell, sicher, effizient

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- Die Sus können an Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau **normungebunden** ausführen und verbinden.
- Die Sus können an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheitsstellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.

Methodenkompetenz

- Die Sus können alleine und in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen.

Urteilskompetenz

- Die Sus können eine Präsentation - allein oder in der Gruppe - nach ausgewählten Kriterien bewerten.

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch- didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
<p>Idee von Le Parkour, Vermittlung spezieller Techniken aus dem Freerunning (z.B. Spin am Reck, Wall Spin), Erarbeitung von Bewertungskriterien, evtl. Erstellung einer Choreographie des Durchlaufs (z.B. Verfolgungsjagd mit Verstecken, Laufen, Springen)</p>	<p>Mit Hilfe von Arbeitskarten werden die Überwindungsmöglichkeiten geübt und in Partnerbeobachtung verbessert (Bewertungsbögen)</p>	<p><u>Sicherheit der Bewegung:</u> Die SUS passen den Schwierigkeitsgrad Ihrem Können an und haben überwiegend Kontrolle über ihre Bewegungen. <u>Flüssigkeit/Eleganz:</u> Die SUS bewältigen den Parkour überwiegend flüssig und sind meist in der Vorwärtsbewegung. Die Bewegungen sind meist elegant. <u>Schwierigkeitsgrad der Bewegung:</u> Die SUS wählen unterschiedliche Parkourtechniken und integrieren eine schwierige Bewegungen. BWK</p> <p>Den SUS gelingt es überwiegend alleine und in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich zu üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess zu übernehmen MK</p> <p>Die SUS beurteilen die Präsentation (den Run) meist angemessen nach ausgewählten Kriterien. UK</p>	<p><u>Sicherheit der Bewegung:</u> Die SUS sind häufig unsicher bei der Bewegungsausführung, viele Bewegungen werden unkontrolliert ausgeführt. Der Schwierigkeitsgrad entspricht nicht ihrem Können. <u>Flüssigkeit/Eleganz:</u> Der Bewegungsfluss ist oftmals zögerlich oder unterbrochen. Die Bewegungen sind kaum elegant. <u>Schwierigkeitsgrad der Bewegung:</u> Die SUS zeigen wenige Parkourtechniken; bei vielen Bewegungen wird der Schwierigkeitsgrad verringert. BWK</p> <p>Den SUS brauchen Unterstützung, um alleine und in Gruppen, aufgabenorientiert und sozial verträglich zu üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess zu übernehmen. MK</p> <p>Die SUS beurteilen brauchen Hilfe bei der Beurteilung der Präsentation (des Runs) und sind unsicher bei der Benennung der Kriterien. UK</p>
		gut	/ ausreichend

Jg. 7 / UV 2 Spielen in und mit Regelstrukturen – Basketball 2 / 3

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
(7) Spielen in und mit Regelstrukturen	Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen); (Spiel-) Regeln und deren Veränderung	7	12 WS

Thema des UV:

Vom Streetball zum Basketball - Erlernen, Üben und Verbessern der individuellen technischen Fertigkeiten zum Erlangen einer spielerischen

Handlungsfähigkeit

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die SuS können

- den Ball beim Dribbeln mit beiden Händen trotz unterschiedlicher Lauftempo sicher führen und gegen den Verteidiger schützen
 - durch Finten und Körpertäuschungen beim Spiel 1-1 den Gegner „ausdribbeln“
 - den Korbleger und Positionswürfe ausführen
- in den geübten Situationen adäquate Handlungsentscheidungen (Durchbruch, Give-and-Go) aufgrund des Verteidigerverhaltens treffen

Methodenkompetenz

Die SuS können

- in der Kleingruppe ergebnisorientiert und selbstständig zusammenarbeiten
- Abbildungen von Spielsituationen erkennen und erläutern (z.B. Spiellegenden)
- ein Spiel selbstständig organisieren, Spielregeln verändern und Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen

Urteilskompetenz

Die SuS können

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

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch-didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
Spiel 1-1: Dribbeln, Finten, Körpertäuschung, Handwechsel, Tempowechsel, ... Korbleger, Positionswurf, Give-and-Go 3-Sekunden-Regel, passive Abwehrspieler	Taktik Spielmodell; Verbesserung der individuellen technischen Fertigkeiten zur Verbesserung der spielerischen Handlungsfähigkeit; Kleinfeldspiel 3-3; Mannverteidigung; Wiederholung des Passens und Freilaufens Überzahlspielformen neutrale Anspieler Beschreibung von Abbildungen	<p style="text-align: center;">gut</p> Die SuS können den Ball beim Dribbeln mit beiden Händen trotz unterschiedlicher Lauftempo sicher führen und gegen den Verteidiger gut schützen. Sie können durch verschiedene Finten und Körper-täuschungen beim Spiel 1-1 den Gegner zumeist sicher „ausdribbeln“ und so zum Korbwurf kommen. Im Spiel 2-2 bzw. 3-3 gelingt ihnen der Durchbruch durch abgestimmtes Zusammenspiel und Give-and-Go. Sie können im Spiel den Korbleger und einen Positionswurf im Hinblick auf die grundlegenden Bewegungsmerkmale ausführen. Die SuS können in den geübten Situationen adäquate Handlungsentscheidungen auf Grund des Verteidigerverhaltens treffen. BWK	<p style="text-align: center;">ausreichend</p> Die SuS können den Ball beim Dribbeln mit beiden Händen trotz unterschiedlicher Lauftempo nur ansatzweise sicher führen und können diesen nur gelegentlich gegen den Verteidiger gut schützen. Die Qualität der verschiedenen Finten und Körper-täuschungen beim Spiel 1-1 den Gegner ist nur ausreichend, sodass sie den Gegner nur ab und zu ausspielen können bzw. nur mit viel Mühe zum Korbwurf kommen. Im Spiel 2-2 bzw. 3-3 gelingt ihnen dies nur selten durch abgestimmtes Zusammenspiel und Give-and-Go. Sie können im Spiel den Korbleger und Positionswürfe im Hinblick auf die grundlegenden Bewegungsmerkmale nur ansatzweise und gelegentlich ausführen. Den SuS fällt es schwer in den geübten Situationen adäquate Handlungs-entscheidungen auf Grund des Verteidiger-verhaltens treffen. BWK
		<p style="text-align: center;">gut</p> Die SuS können in der Kleingruppe ergebnisorientiert und selbstständig zusammenarbeiten. Sie können Abbildungen von Spielsituationen erkennen und diese sicher erläutern (z.B. Spiellegenden) Sie sind in der Lage ein Spiel selbstständig zu organisieren, Spielregeln zu verändern und Schiedsrichtertätigkeiten angemessen zu übernehmen. MK	<p style="text-align: center;">ausreichend</p> Die SuS gelingt es nur mit Mühe in der Kleingruppe ergebnisorientiert und selbstständig. Sie können Abbildungen von Spielsituationen nur ansatzweise erkennen und erläutern (z.B. Spiellegenden) Sie können ein Spiel nur mit Hilfe organisieren, Spielregeln verändern und es fällt ihnen schwer die Rolle des Schiedsrichters angemessen zu übernehmen. MK
		<p style="text-align: center;">UK</p> Die SuS können die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel sicher kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit angemessen beurteilen. Sie können den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen gut beurteilen. UK	<p style="text-align: center;">UK</p> Die SuS können die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel nur mit Hilfe kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit nur ansatzweise beurteilen. Sie können den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen nur ansatzweise beurteilen. UK

Jg. 7 / UV 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (3)	(a) Bewegungsstrukturen und Bewegungslernen (d) Leistung	7	12-15 - 3std. (8-10) - 2std.

Thema des UV:

**Mehrkampf unter Wettkampfbedingungen: Der HÖGy-Triathlon HWS (Hochsprung, Schlagballweitwurf, Sprint Halle oder 75 Meter)
mit einem Vorher- / Nachhervergleich**

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die SuS können

- leichtathletische Disziplinen (Hochsprung, Schlagballweitwurf, Sprint) auf erweitertem technisch koordinativem Fertigkeiteniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern
- eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (Hochsprung) in der Grobform ausführen
- einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf (H-W-S Mehrkampf) einzeln unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampferhaltens durchführen

Methodenkompetenz

Die SuS können

- leichtathletische Wettkampfregeln erläutern.
- selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den individuellen Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch für die einzelnen Disziplinen auch zur späteren Beurteilung) erfassen.

Urteilskompetenz

Die SuS können

- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Mehrkampfes beurteilen

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch- didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung gut / ausreichend	
<p>Hochsprung (Fosbery-)Flop Anlaufrythmus Schwungbein Sprungbein Stemmschritt</p>	<p>HöGy-Mehrkampf ohne Technik als Einstieg Neu: Hochsprung induktiver Einstieg (einbeiniger Sprung über Zauberschmur)</p> <p>deduktive Hinführung: Fosbery Flop von der Zauberschmur zur Hochsprunglatte drei Schritte-Anlauf kontrollierte Anlaufverlängerung Wiederholung Wurf- und Sprintspiele</p> <p>Beurteilungs- und Bewertungsbogen (Eintragen der individuellen Leistung und anschließende Auswertung (excel) und Beurteilung</p>	<p>SUS können - den Flop technisch koordinativ in sauberer Grobform ausführen - den HöGy-Mehrkampf gemäß Bewertungstabelle mit „guten Leistungen“ absolvieren. BWK</p> <p>SUS können - die Regeln für den Mehrkampf richtig nennen - erlernte Übungsformen für den Mehrkampf selbstständig und richtig ausführen und trainieren - erfasste Leistungsdaten selbstständig und in angemessener Form grafisch aufbereiten und erläutern. MK</p> <p>- ihre eigene disziplinspezifische Leistungen im Mehrkampf realistisch beurteilen, einschätzen und erläutern - die grafisch aufbereiteten Daten hinsichtlich der leichtathletischen Reihe im richtigen Kontext bewerten UK</p>	<p>SUS können - den Flop technisch koordinativ mit Einschränkungen in der Grobform ausführen - den HöGy-Mehrkampf gemäß Bewertungstabelle mit „ausreichenden Leistungen“ absolvieren. BWK</p> <p>SUS können - die Regeln für den leichtathletischen Mehrkampf im Groben mit leichten Fehlern umschreiben - erlernte Übungsformen nach Anweisung in Grobform ausführen und üben (ohne Grobfehler) - erfasste Leistungsdaten mit lückenhafter Beschriftung grafisch aufbereiten und mit Hilfestellung erläutern. MK</p> <p>SUS können - ihre eigene disziplinspezifische Leistung im Groben tendenziell richtig beurteilen und einschätzen - die grafisch aufbereiteten Daten hinsichtlich der leichtathletischen Reihe mit Hilfestellung bewerten UK</p>

Jahrgang 7 / UV 4, Spielen in und mit Regelstrukturen / Badminton

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele: - Partnerspiele (Badminton)	Kooperation und Konkurrenz - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Spielformen) - (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen	7	ca. 12 Std.

Themen des UV:

Das Festigen der Grundschnitte hoher Aufschlag und Überkopfschlag sowie die Einführung von Unterhand bei VH und RH und des kurzen Aufschlags zum Erwerb einer grundlegenden spielerischen Handlungskompetenz im Spiel 1 - 1

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die SS können

- die Schlagtechniken Unterhand bei Vorhand und Rückhand sowie kurzer Aufschlag im Hinblick auf ihre zentralen Ausfühungsmerkmale korrekt ausführen,
- diese im Spiel 1 – 1 anwenden,
- sportartspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-kognitiv angemessen agieren.

Methodenkompetenz

- Die SS können Abbildungen von Spielsituationen erläutern,
- Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen

Urteilskompetenz

Die SS können

- Fehlerbilder in den gelernten Schlagtechniken erkennen und verbessern.

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch- didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung / Lernerfolgsüberprüfung	
		gut	/ ausreichend
<ul style="list-style-type: none"> - Unterhand - Clear - die zentrale Spielfeldposition 	<ul style="list-style-type: none"> - Wiederholung der Schlagtechniken Überkopf - und des hohen Aufschlages - Erlernen der Unterhandschläge und des kurzen Aufschlags 	<p>Die Sus beherrschen die gelernten Techniken Unterhandschläge (VH + RH) und kurzer Aufschlag sicher. Die Schläge werden taktisch sinnvoll angewandt, um zu einem Punktgewinn zu kommen.</p> <p style="text-align: center;">BWK</p> <p>Die Sus können ihren Mitschüler sicher und jederzeit kriteriengeleitet Rückmeldung zu deren Schlagtechniken geben und diese sprachlich angemessen verbessern. Die Sus beschreiben Bildreihen mit den richtigen Fachbegriffen.</p> <p style="text-align: center;">MK</p> <p>Die Sus erkennen, ob ihre Mitschüler die erlernten Schläge richtig ausführen und können adäquate Hilfe leisten (akustisch, visuell). Die Sus geben den Mitschülern eine sinnvolle Rückmeldung zu ihrem taktischen Verhalten.</p> <p style="text-align: center;">UK</p>	<p>Die Sus beherrschen die gelernten Techniken Unterhandschläge (VH + RH) und kurzer Aufschlag nur im Ansatz. Die zentralen Technikmerkmale werden vereinzelt korrekt ausgeführt. Die Schläge werden situativ nicht angemessen angewandt.</p> <p style="text-align: center;">BWK</p> <p>Die Sus können ihren Mitschüler nur mit Hilfe Rückmeldung zu deren Schlagtechniken geben und diese sprachlich ansatzweise verbessern. Die Sus beschreiben Bildreihen ansatzweise mit den richtigen Fachbegriffen.</p> <p style="text-align: center;">MK</p> <p>Die Sus erkennen ansatzweise, ob ihre Mitschüler die erlernten Schläge richtig ausführen und können vereinzelt Hilfe leisten (akustisch, visuell). Die Sus geben den Mitschülern nur mit Hilfe eine sinnvolle Rückmeldung zu deren taktischen Verhalten.</p> <p style="text-align: center;">UK</p>

Jg. 7 / UV 5 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
(6) Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	(b) Bewegungsgestaltung - Gestaltungsformen und Gestaltungskriterien individuell - Variation von Bewegung (Raum, Zeit, Dynamik, Form)	7	12

Thema des UV:

**Das Erlernen grundlegender Bewegungselemente mit dem Seil als Grundlage zum Erwerb von Kenntnissen und Erfahrungen über
Bewegungsverbindungen**

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- Die SuS können technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit dem Seil sowie für das gymnastische Aufwärmen nutzen und grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u.a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen anwenden.

Methodenkompetenz

- Die SuS können durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen und ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen präsentieren.

Urteilskompetenz

- Die SuS können ästhetisch-gestalterische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten.

<p>Gegenstände/ Fachbegriffe</p>	<p>Methodisch- didaktische Entscheidungen</p>	<p>Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung (ohne Musik)</p> <p>gut / ausreichend</p>	
<p>Bewegungselemente zum Thema Fortbewegung mit dem Seil (vorwärts, rückwärts, seitwärts gehen, hüpfen, galoppieren, Doppelschlag, Spielbeinvarianten etc.)</p> <p>Gestaltungskriterien: Raum, Zeit, Dynamik, Form</p> <p>Ausführungskriterien: Genauigkeit, Taktgefühl, etc.</p>	<p>Erarbeiten und Einüben vorgegebener Bewegungselemente mit dem Seil und ihre Umgestaltung (von der Reproduktion zur Komposition) anhand vorgegebener Gestaltungs- und Ausführungskriterien</p>	<p>Die SUS beherrschen grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten (u.a. Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus). Der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen ist sicher und wird auch bei kleinen Fehlern nicht beeinträchtigt. Die SUS bewältigen komplexe ästhetisch-gestalterischer Grundanforderungen und berücksichtigen dazu geforderte Gestaltungs- und Ausführungskriterien.</p> <p style="text-align: center;">BWK</p> <p>Die SUS können Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens eigenverantwortlich nutzen. Sie verfügen über grundlegende Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken und können diese situativ anwenden.</p> <p style="text-align: center;">MK</p> <p>Die SUS beurteilen ihre eigenen technisch-koordinativen und ästhetisch-gestalterischen Fähigkeiten und die der anderen SUS mit Hilfe vorgegebener Kriterien.</p> <p style="text-align: center;">UK</p>	<p>Die SUS verfügen über grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten. Der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen wird von Fehlern beeinträchtigt. Die SUS bewältigen ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen entsprechend der Aufgabenstellung in Grobform und berücksichtigen die geforderten Gestaltungs- und Ausführungskriterien im Großen und Ganzen.</p> <p style="text-align: center;">BWK</p> <p>Die SUS wenden Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens rudimentär und mit Unterstützung an. Sie verfügen über grundlegende Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken.</p> <p style="text-align: center;">MK</p> <p>Die SUS können nur mit Hilfe sich und andere wahrnehmen und beurteilen.</p> <p style="text-align: center;">UK</p>

Jg. 8 / UV 1 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
(3) Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	(d) Leistung (f) Gesundheit	8	10 - 15 WS

Thema des UV:

Schnell - auch auf langen Distanzen

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die SuS können

- beim Laufen eine Langzeitausdauerleistung (LZA I bis 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.

Methodenkompetenz

Die SuS können

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

Urteilskompetenz

Die SuS können

- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen.
- verschiedene Belastungs- und Trainingsmethoden nach Intensität differenziert benennen und beurteilen.
- aerobe und anaerobe Belastungs- und Trainingsmethoden unterscheiden.

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch-didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung															
		gut	/ ausreichend														
<p>Aerobe und anaerobe Belastungsformen</p> <p>Dauerermethode</p> <p>Intervalltraining</p> <p>Steigerungslauf</p> <p>Tempolauf</p> <p>Steady-State („Puls-130“)</p> <p>Notenverteilung 5000m</p> <table border="1" data-bbox="715 159 954 454"> <tr> <td>Jungen</td> <td>Mädchen</td> </tr> <tr> <td>1 20'</td> <td>21'</td> </tr> <tr> <td>2 22,5'</td> <td>23,5'</td> </tr> <tr> <td>3 25'</td> <td>24'</td> </tr> <tr> <td>4 30'</td> <td>31'</td> </tr> <tr> <td>5 35'</td> <td>36'</td> </tr> <tr> <td>6 >35'</td> <td>>37'</td> </tr> </table>	Jungen	Mädchen	1 20'	21'	2 22,5'	23,5'	3 25'	24'	4 30'	31'	5 35'	36'	6 >35'	>37'	<p>Kennenlernen und Erproben von Langzeitausdauerstrecken (Empfehlung: Mülheimer-Brücke ↔ Niehler Hafen; Laufrunde in der Rheinaue [1,2 km])</p> <p>Kennenlernen und Erproben der Belastungs- und Trainingsformen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Steady-State/ Dauerermethode (Von 30 min bis 60 min) - Tempoläufe (3 x 5-8 min, 80 %) - Steigerungsläufe (5 min bis 90 %) - Intervalltraining (extensiv und intensiv; z.B. 6 x 30“) - 5.000m-Lauf (submaximal) - 5.000m-Lauf (maximal) mit Zeitmessung 	<p>Die Sus führen die Trainingseinheiten auf ansprechendem Niveau aus und zeigen Durchhaltevermögen. Die Sus vollenden den abschließenden 5.000m-Lauf in einer Zeit von maximal 22.5/23,5 Minuten.</p> <p>BWK</p> <p>Die Sus können die Intensität den Belastungsvorgaben gemäß ihres individuellen Leistungsvermögens anpassen.</p> <p>MK</p> <p>Die Sus können verschiedene Belastungs- und Trainingsmethoden nach Intensität differenziert benennen und beurteilen.</p> <p>Die Sus können aerobe und anaerobe Belastungs- und Trainingsmethoden erläutern und unterscheiden.</p> <p>UK</p>	<p>Die Sus können die Trainingseinheiten nur auf eingeschränktem Niveau ausführen und zeigen eingeschränktes Durchhaltevermögen. Die Sus vollenden den abschließenden 5.000m-Lauf in einer Zeit von maximal 30 Minuten.</p> <p>BWK</p> <p>Den Sus gelingt es nur eingeschränkt, die Intensität den Belastungsvorgaben gemäß ihres individuellen Leistungsvermögens anzupassen.</p> <p>MK</p> <p>Die Sus können nur einzelne Belastungs- und Trainingsmethoden benennen und nur mit Hilfe nach ihrer Intensität differenzieren und beurteilen.</p> <p>Gleiches gilt für aerobe und anaerobe Belastungs- und Trainingsmethoden.</p> <p>UK</p>
Jungen	Mädchen																
1 20'	21'																
2 22,5'	23,5'																
3 25'	24'																
4 30'	31'																
5 35'	36'																
6 >35'	>37'																

Jg. 8 / UV 2 Spielen in und mit Regelstrukturen – Basketball 3 / 3

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
(7) Spielen in und mit Regelstrukturen	Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen); (Spiel-) Regeln und deren Veränderung	8	12 WS

Thema des UV:

Erproben, Erlernen und Üben des organisierten Basketballspiels 5-5

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die SuS

- können sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren
- können Basketball auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern
- erkennen die Notwendigkeit von Spielpositionen und deren spielspezifische Funktion (Aufbau, Flügel, Center)
 - entwickeln und erproben Varianten der Zonenverteidigung
 - können einen Schnellangriff schnell einleiten und in Varianten erfolgreich durchführen (Laufwege beachten, Nachrücken, etc.)

Methodenkompetenz

Die SuS können

- in der Kleingruppe ergebnisorientiert und selbstständig zusammenarbeiten
- Abbildungen von Spielsituationen erkennen und erläutern (z.B. Spiellegenden)
- ein Spiel selbstständig organisieren, Spielregeln verändern und Schiedsrichterfunktionen übernehmen

Urteilskompetenz

Die SuS können

- den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch-didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
<p>Spielpositionen (Aufbau, Flügel, Center) Varianten der Zonenverteidigung Fast Break: Varianten des Schnellangriffs</p>	<p>Taktik Spielmodell; Wiederholung 3-3, dann 4-4, 5-5 (auch Überzahlspiele), Erarbeiten der einzelnen Positionen, ihrer Funktionen und ihrer Laufwege; Zonendeckung als Alternative zur Manndeckung; zunächst kein Schnellangriff erlaubt</p> <p>- Beschreibung und Erstellen von Spiellegenden - evtl. Analyse von Videomitschnitten</p>	<p>Die SuS erkennen die Notwendigkeit von Spielpositionen und deren spielspezifische Funktionen (Aufbau, Flügel, Center) Sie wenden im Spiel sicher und variantenreich Erlerntes an wie z.B. Give-and-go, Passen, Freilaufen, Korbleger und Positionswürfe. Sie verteidigen in der Zonendeckung sicher und regelgerecht. Sie können einen Schnellangriff dank ihres Spielüberblicks fast immer schnell einleiten und in Varianten erfolgreich durchführen (Laufwege beachten, Nachrücken etc.) BWK</p> <p>Die SuS können gut in der Kleingruppe ergebnisorientiert und selbstständig zusammenarbeiten und handlungsorientierte Varianten des Positionsangriffs, der Zonenverteidigung und des Schnellangriffs entwickeln. Das Erkennen und Erläutern von Spielsituationen gelingt ihnen sicher (z.B. Spiellegenden). Sie können ein Spiel selbstständig organisieren, Spielregeln im Hinblick auf die Erhaltung der Spielidee verändern und Schiedsrichtertätigkeiten angemessen übernehmen. MK</p> <p>Die SuS können die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel sicher kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit angemessen beurteilen. Sie können den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen sicher beurteilen. UK</p>	<p>Die SuS haben Mühe, die Notwendigkeit von Spielpositionen und deren spielspezifische Funktion (Aufbau, Flügel, Center) zu erkennen. Es gelingt ihnen nur im Ansatz im Spiel sicher und variantenreich Erlerntes wie z.B. Give-and-go, Passen, Freilaufen, Korbleger und Positionswürfe anzuwenden. Sie verteidigen in der Zonendeckung nur ansatzweise sinnvoll und meist regelkonform. Sie können einen Schnellangriff nur mit Mühe einleiten und gelegentlich erfolgreich durchführen (Laufwege beachten, Nachrücken, etc.). BWK</p> <p>Den SuS gelingt es nur mit Mühe in der Kleingruppe ergebnisorientiert und selbstständig zusammenzuarbeiten und sie brauchen Hilfe bei der Entwicklung von Varianten des Positionsangriffs, der Zonenverteidigung und des Schnellangriffs. Sie können Abbildungen von Spielsituationen nur ansatzweise erkennen und erläutern (z.B. Spiellegenden). Sie können ein Spiel nur mit Hilfe organisieren, Spielregeln verändern und es fällt ihnen schwer, die Rolle des Schiedsrichters angemessen zu übernehmen. MK</p> <p>Die SuS können die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel nur mit Hilfe kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit nur ansatzweise beurteilen. Sie können den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen nur ansatzweise beurteilen. UK</p>

gut / ausreichend

Jg. 8 / UV 3 Gestalten, Tanzen, Wahrnehmen

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
- 6. Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste	Bewegungsgestaltung – Gestaltungsformen und Gestaltungskriterien – Variation von Bewegung (u.a.räumlich, zeitlich, dynamisch)	8	10 bis 12 WS

Thema des UV:

Erstellen und Präsentieren eines darstellendes Spiels in der Gruppe unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungsparameter Zeit, Raum, Dynamik und formaler Aufbau sowie des Gestaltungsprinzips der Verfremdung (Bsp. Stockkampf)

Kompetenzerwartungen :

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die SuS können

- verschiedene Schläge mit dem Stock ausführen
- sie können grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (Körperspannung, Mimik und Gestik, Zeit, Raum) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen in der Gruppe anwenden und diese zu einer dargestellten Geschichte zusammenfügen
- mit den o.g. Merkmalen spielerisch umgehen, um bspw. durch Verfremdung und Veränderung erzählerische Effekte zu kreieren

Methodenkompetenz

Die SuS können

- durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren eine komplexe Bewegungs- und Gestaltungsaufgabe lösen
- und diese präsentieren

Urteilskompetenz

Die SuS können

- die Gruppenchoreographien der Mitschüler bewerten, insbesondere im Hinblick auf die Gestaltungsparameter Zeit, Raum, Dynamik und formaler Aufbau, das Gestaltungsprinzip Verfremden und und ästhetische Gestaltung
- ihre eigene Präsentation und Gruppenarbeit kriteriengeleitet beurteilen

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch-didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
<p>Stockkampf, Sicherheitsregeln beim Kämpfen, Merkmale der Gestaltungsparameter Zeit, Raum, Dynamik und formaler Aufbau; Merkmale der Gestaltungsprinzipien Verändern und Verfremden</p>	<p>Erarbeiten und Einüben einer selbstständig entworfenen Gruppenchoreographie ausgehend von einem Gestaltungsanlass (z.B. Streit). Kriteriengeleitete Selbst- und Fremdbeurteilung der Präsentation und der Arbeit in der Gruppe.</p>	<p>Die SuS präsentieren eine Gestaltungsaufgabe, die im Hinblick auf die individuelle Ausdrucksfähigkeit, die Bewegungsqualität und die Gestaltungsparameter den Anforderungen der Aufgabenstellung zur vollen Zufriedenheit entspricht. BWK</p> <p>Die SuS können Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens eigenverantwortlich nutzen. Sie verfügen über grundlegende Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken und können diese situativ anwenden. MK</p> <p>Die SuS beurteilen ihre eigenen technisch- koordinativen und ästhetisch-gestalterischen Fähigkeiten und die der anderen SuS mit Hilfe vorgegebener Kriterien sicher. UK</p>	<p>gut / ausreichend</p> <p>BWK MK UK</p>

Jg. 8 / UV 4 Ringen und Kämpfen

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
<p>9 Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport</p> <p>Normungsbundene Kampfformen oder Zweikampfformen mit direktem Körperkontakt (z.B. Ringen, Judo) oder Zweikampfformen mit Gerät (z.B. Fechten)</p> <p>Hinweis: Kampfsportarten, deren Handlungsziel es ist, den Beteiligten Schmerzen zuzuführen oder sie gar zu verletzen, widersprechen dem pädagogischen Auftrag und stellen keine Schulsportart dar.</p>	<p>(c) Wagnis und Verantwortung</p> <ul style="list-style-type: none"> – Spannung und Risiko – Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst) – Handlungssteuerung (Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung) <p>(d) Leistung</p> <ul style="list-style-type: none"> – Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. Kraft, Schnelligkeit, Koordination) – Differenziertes Leistungsverständnis <p>(e) Kooperation und Konkurrenz</p> <ul style="list-style-type: none"> – Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) – Regeln und deren Veränderung – Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzelwettbewerbe) <p>(f) Gesundheit</p> <ul style="list-style-type: none"> – Unfall- und Verletzungsprophylaxe – unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive 	8	10

Thema des UV: **Ringens und Kämpfens nach Regeln – Risiko und Wagnis beim fairen Miteinander**

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die SuS können

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

Methodenkompetenz

Die SuS können

- Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten,
- kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben.

Urteilskompetenz

Die Sus können

- die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen,
- Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen.

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch-didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
Rituale (An-/Abgrüßen) Kampf- und Raufspiele in Gruppen Zweikämpfe im Stand Zweikämpfe in der Bodenlage (Fallen lernen und üben)	grundsätzlich freie Partnerwahl Respekt und Verantwortung für den Partner vermitteln strapazierfähige Kleidung, Haarbänder, kein Schmuck, auf Socken/barfuß „Stopp Regel“	Die Sus können die technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten anwenden und gehen in Kämpfen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander um. BWK Die Sus können Regeln für ein chancengleiches und faires Miteinander erstellen und einen Zweikampf danach leiten sowie kriteriengeleitetes Feedback geben. MK Die Sus beurteilen die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer sowie faires Verhalten sachgerecht. UK	Die Sus haben Mühe die technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten anzuwenden und haben Schwierigkeiten in Kämpfen immer situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander umzugehen. BWK Die Sus können mit Unterstützung Regeln für ein chancengleiches und faires Miteinander erstellen sowie nur ansatzweise kriteriengeleitetes Feedback geben. MK Die Sus können mit Hilfe die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer sowie faires Verhalten sachgerecht beurteilen. UK

Jg. 8 / UV 5 Körper wahrnehmen

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
- 1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	– Fitness- und Konditionstraining	8	10 bis 12 WS

Thema des UV:

Konditionstraining – Verbessern der individuellen körperlichen Konstitution

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die SuS können

- sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen
- können Übungen des Konditionstrainings (Kraft, Ausdauer, Entspannung, Beweglichkeit) gesundheitsbewusst durchführen
- ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen – auch unter Druckbedingungen – zeigen
- Eine komplexe Entspannungstechnik (z.B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben.

Methodenkompetenz

Die SuS können

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

Urteilskompetenz

Die SuS können

- ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen.

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch-didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
<p>Funktionsweise eines Muskels, Trainingsprinzipien eines Ausdauertrainings, Trainingsprinzipien eines gesundheitsorientierten Kraftausdauertrainings, Grundlagen Gesundheitsbewusster Ernährung</p>		<p>Die Sus können einen Ausdauerlauf (60 min) in einem gleichbleibenden Tempo ohne Unterbrechung absolvieren. Die Sus absolvieren den Cooper-Test in einer angemessenen Strecke (optional). BWK</p> <p>Die Sus können eigenständig ihren Puls messen und diesen einordnen je nach Belastungssituation. MK</p> <p>Die Sus können anhand der Pulsfrequenz, einer Stoppuhr und einer Leistungstabelle Ausdauerleistungen einschätzen und bewerten. UK</p>	<p>Die Sus können einen Ausdauerlauf (60 min) nur mit Unterbrechungen absolvieren. Die Sus absolvieren den Cooper-Test in einer nicht angemessenen Strecke (optional). BWK</p> <p>Die Sus können ihren Puls nur mit Hilfe messen und einordnen je nach Belastungssituation. MK</p> <p>Die Sus können Ausdauerleistungen trotz Hilfsmittel nur grob einschätzen und bewerten. UK</p>
		gut	/ ausreichend

Jg. 9 / UV 1a) Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik - Hochsprung

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
(3) Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik - grundlegende leichtathletische Disziplin - Hochsprung	(a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Wahrnehmung und Körpererfahrung	9	6

Thema des UV:

„Wir springen hoch“ – Erproben und Erlernen verschiedener Hochsprungstechniken

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- Die SuS können die neu erlernte leichtathletische Disziplin (Flop, Scher- und Hocksprung, Straddle) in der Grobform ausführen

Methodenkompetenz

- Die SuS können selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie eine Leistungsverbesserung über Selbst-, Video-(optional) und Fremdkorrektur (Partner/ Lehrer) reflektieren

Urteilskompetenz

- Die SuS können die eigene und die Leistung anderer beurteilen

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch- didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
<p>-Anlaufschulung Technik: SuS erproben verschiedene Hochsprungstile: Flop Scher- und Hocksprung, Straddle Abstoßpunkt: Fliehkraft der Kurve nutzen, Körperschwerpunkt unter der Sprungplatte lassen -Jump and Reach</p>	<p>- Erarbeitung verschiedener Hochsprungstile mithilfe eines Sprunggartens - Analyse von Videoaufnahme-Selbstkorrektur (optional) - Feedback über Partnerkorrektur</p>	<p>Die SuS können die neuerlernte leichtathletische Disziplin Flop sicher in der Grobform ausführen BWK</p> <p>Die SuS können Bildreihen mit Fachbegriffen beschreiben und die Leistungsverbesserung über Selbst- und Fremdkorrektur reflektieren MK</p> <p>Die SuS beurteilen sich selbst und andere nach ausgewählten Kriterien sachgerecht. UK</p>	<p>Die SuS können die neuerlernte leichtathletische Disziplin Flop nur in Ansätzen ausführen BWK</p> <p>Die SuS haben Mühe Bildreihen mit Fachbegriffen zu beschreiben und die Leistungsverbesserung über Selbst- und Fremdkorrektur zu reflektieren MK</p> <p>Die SuS können nur mit Hilfe sich selbst und andere nach ausgewählten Kriterien sachgerecht beurteilen. UK</p>

Jg. 9 / UV 1 b) Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (Kugelstoß)

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
(3) Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik - grundlegende leichtathletische Disziplin - Stoß	(a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Wahrnehmung und Körpererfahrung, Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (d) Leistung - differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute Leistungsmessung und –bewertung)	9	6

Thema des UV:

Kugelstoßen- Vom Wurf zum Stoß

Kompetenzerwartungen :

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- Die SuS können die Dreh- und Stoßbewegung in der Grobform leistungsbezogen ausführen

Methodenkompetenz

- Die SuS können eine leichtathletische Übungsanlage aufbauen und sicherheitsgerecht nutzen

Urteilskompetenz

- Die SuS können die disziplinspezifische Leistungsfähigkeit von ihren Mitsus kriteriengeleitet beurteilen

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch- didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
<ul style="list-style-type: none"> - Standstoß/ Stoßen mit Seitellschritt - Vorstellung der Rückenstoßtechnik (Angleitphase) und der Drehstoßtechnik - Stoßimpuls - Verdeutlichung: Unterschied zum Werfen - Gerätehilfe: Medizinball (Frontalstöße mit dem Medizinball, einarmige Stöße aus der Seitstellung) 	<ul style="list-style-type: none"> - Erarbeitung des Standstoßes in seiner Grobform mithilfe einer Bildreihe - Feedback über Partnerkorrektur 	<p>Die Sus können die Drehbewegung in der Grobform ausführen und in der Stoßtechnik wird ein deutlicher Unterschied zum Wurf erkennbar</p> <p style="text-align: center;">BWK</p> <p>Die Sus können eine leichtathletische Übungsanlage eigenständig aufbauen und sicherheitsgerecht nutzen</p> <p style="text-align: center;">MK</p> <p>Die Sus beurteilen sich selbst und andere nach ausgewählten Kriterien sachgerecht.</p> <p style="text-align: center;">UK</p>	<p>Die Sus können die Drehbewegung nur in Ansätzen ausführen und in der Stoßtechnik wird kaum ein Unterschied zum Wurf erkennbar</p> <p style="text-align: center;">BWK</p> <p>Die Sus haben Mühe eine leichtathletische Übungsanlage eigenständig aufzubauen und sicherheitsgerecht zu nutzen</p> <p style="text-align: center;">MK</p> <p>Die Sus können nur mit Hilfe sich selbst und andere nach ausgewählten Kriterien sachgerecht beurteilen.</p> <p style="text-align: center;">UK</p>
Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung		gut	ausreichend

Jg. 9 / UV 2 Bewegen an Geräten – Turnen/Minitramp

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
(5) Bewegen an Geräten - Turnen am Sprunggerät Minitrampolin	(c) Wagnis und Verantwortung - Emotionen (Freude, Frustration, Angst) - Handlungssteuerung (Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. Risikovermeidung oder – minderrung) (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Wahrnehmung und Körpererfahrung - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens	9	12

Thema des UV:

Nur fliegen ist schöner – Salto und Überschläge aus dem Mini-Trampolin

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die SuS können

- die neu erlernten Techniken (Salto vw, Sprung-Handstützüberschlag) auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen
- eine an ihre individuelle Leistungsvoraussetzung angepasste Wagnis- und Leistungssituation bewältigen

Methodenkompetenz

Die SuS können

- in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben und für sich und andere verantwortlich Aufgaben übernehmen
- sich fachsprachlich situativ angemessen ausdrücken und verständigen.

Urteilskompetenz

- Die SuS können Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen.

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch- didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
<p>Sprungvarianten (Streck-, Hock-, Grätsch-, Dreh-), Handstützüberschlag, Salto vw, Sicherheitsgriffe: versch. Klammergriffe</p>	<p>- Erarbeitung verschiedener Sprungvarianten aus dem Mini-Tramp, vertraut machen mit dem Gerät (Strecksprung, Grätsche, Hocke, Drehsprung), Salto vw: Absstützen zur freien Rolle auf den Mattenberg, Salto auf den Mattenberg, Salto vw; Überschlag: Überschlag zur Rückenlandung auf den Mattenberg, Überschlag mit Gerätehilfe</p>	<p>Die Sus gehen eine Wagnissituation ein und können die neu erlernten Techniken (Salto vw, Handstützüberschlag mit Gerätehilfe) in der Grobform ausführen (optional: je nach indiv. Bezugsnorm). BWK</p> <p>Die Sus können selbstständig trainieren und sich aufgabenorientiert und sicher unterstützen. MK</p> <p>Die Sus können sich in ihre Mitschüler und deren Leistungsbereitschaft angemessen einfühlen und diese bewerten. UK</p>	<p>Die Sus stellen sich ihren Ängsten kaum und können die neu erlernten Techniken (Salto vw, Handstützüberschlag mit Gerätehilfe) in der Grobform nur mit starker Hilfeleistung ausführen. BWK</p> <p>Die Sus haben Mühe haben Mühe selbstständig zu trainieren. Sie brauchen Unterstützung beim sicheren Umgang mit der Aufgabenstellung. MK</p> <p>Die Sus können nur mit Hilfe sich selbst und andere nach ausgewählten Kriterien sachgerecht beurteilen. UK</p>
<p>(Literaturhinweis: Springen mit dem Minitrampolin, Sicherheit im Schulsport, Heft 2, GUV)</p>			

Jg. 9/ UV 3 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
(1) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen Fitnessgymnastik (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Zumba) Krafttraining (eventl. Kraftraum) d) Leistung Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft oder Ausdauer Methoden zur Leistungssteigerung f) Gesundheit unterschiedliche Körperideale unter gesundheitlicher Perspektive	9	12

Thema des UV:

Fitnessgymnastik und Krafttraining als grundlegende Vorbereitung auf die Skifahrt

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- Die SuS können eine Fitnessgymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien präsentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern.
- Die SuS können technisch-koordinative Grundformen einer Fitnessgymnastik und des Krafttrainings in verschiedenen Intensitäten wahrnehmen und zur Vorbereitung auf das Skifahren anwenden.

Methodenkompetenz

- Die SuS können ein Zirkeltraining zum Muskelaufbau und zur Steigerung der Ausdauer aufbauen und nutzen.
- Die SuS können grundlegende Methoden zur Verbesserung psychophysischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u.a. Ausdauer) entwerfen und umsetzen.

Urteilskompetenz

- Die Sus können ihre psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung- beurteilen.
- Die Sus können verschiedene Übungen sowie deren Intensität zum Muskelaufbau und zur Steigerung der Ausdauer für sich selbst bewerten.
- Die Sus können gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen.
- Die Sus können bewegungsbezogene Klischees (u.a. Geschlechterrollen) in diesem Bewegungsfeld beurteilen.

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch-didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung	
<p>Bewegungselemente zum Thema Fitnessgymnastik und Krafttraining</p> <p>Zirkeltraining Skigymnastik</p>	<p>Aufbau der Kondition und Ausdauer</p>	<p>Die Sus beherrschen grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten. Der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen ist sicher und wird auch bei kleinen Fehlern nicht beeinträchtigt.</p> <p>BWK</p> <p>Die Sus können Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens eigenverantwortlich nutzen. Sie können ein Zirkeltraining selbstständig aufbauen und nutzen sowie einen Handlungsplan zur Verbesserung der Ausdauer und Kondition entwerfen und umsetzen.</p> <p>MK</p> <p>Die Sus können ihre eigene psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen sowie verschiedene Körperideale und bewegungsbezogene Klischees bewerten.</p> <p>UK</p>	<p>Die Sus verfügen über grundlegende technisch-koordinative Fähigkeiten. Der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen wird von Fehlern beeinträchtigt.</p> <p>BWK</p> <p>Die Sus wenden Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens rudimentär und mit Unterstützung an. Sie können ein Zirkeltraining nur ansatzweise aufbauen und nutzen. Nur in Ansätzen gelingt die Erstellung eines Handlungsplans zur Verbesserung der Ausdauer und Kondition.</p> <p>MK</p> <p>Die Sus können nur mit Hilfe ihre eigene psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen sowie verschiedene Körperideale und bewegungsbezogene Klischees beurteilen.</p> <p>UK</p>
		gut	ausreichend

Jg. 9/ UV 4 Badminton

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltfeld	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
(6) Spielen in und mit Regelstrukturen	Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen); (Spiel-) Regeln und deren Veränderung	7	12 WS

Thema des UV:

„lang, kurz, hoch, flach - Wir spielen gegeneinander Badminton auf dem kleinen Feld“. Das Wiederholen der Schlagtechniken Clear (Überkopf und Unterhand) und hoher Aufschlag sowie das Erfahren, Lernen und Üben des Drops und des Hebens, Stechens und Tötens zur Verbesserung der individuellen spielerischen Handlungsfähigkeit

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die SuS können

- nach einer Wiederholung die Schlagtechniken ÜK- Clear und hoher Aufschlag im Hinblick auf ihre zentralen Ausführungsmerkmale korrekt ausführen,
- sowie die neu erlernten Techniken Drop, Heben, Stechen Töten im Hinblick auf ihre zentralen Ausführungsmerkmale korrekt ausführen,
- ihren Gegner aufgrund ihres technischen Repertoires aus der zentralen Position im Spiel 1-1 verdrängen
- grundlegende Spielregeln anwenden und erklären

Methodenkompetenz

Die SuS können

sich gegenseitig durch akustische, visuelle und taktile Hilfestellungen verbessern

Urteilskompetenz

Die SuS können

Fehlerbilder in den gelernten Schlagtechniken erkennen und verbessern

Gegenstände/ Fachbegriffe	Methodisch-didaktische Entscheidungen	Leistungsbewertung/ Lernerfolgsüberprüfung (ohne Musik)	
		gut	/ ausreichend
Badminton – Schläger- und Ballgewöhnung – Technikvermittlung nach dem spielgemäßen Konzept – Techniken: Clear und hoher Aufschlag, Drop, Heben, Stechen, Töten – Taktik: den Gegner aus der zentralen Position zu vertreiben	- Wiederholung der Schlagtechniken ÜKVH- und UH-Clear und des hohen Aufschlages - Erlernen und Üben des Drop, Heben, Stechen und Töten – Beschreibung von Bildreihen – event. Analyse von Videomitschnitten	Die SuS beherrschen die gelernten Techniken ÜKVH-Clear, hoher Aufschlag, Drop, Heben, Stechen und Töten sicher. Die zentralen Technikmerkmale werden korrekt ausgeführt. Die Schläge werden taktisch sinnvoll angewandt, um zu einem Punktgewinn zu kommen. BWK Die SuS können ihren Mitschüler sicher und jederzeit kriteriengeleitet Rückmeldung zu ihren Schlagtechniken geben und diese gegebenenfalls sprachlich angemessen verbessern. Die SuS beschreiben Bildreihen mit den richtigen Fachbegriffen. MK Die SuS erkennen, ob ihre Mitschüler die erlernten Schläge richtig ausführen und können adäquate Hilfe leisten (taktil, akustisch, visuell). Die SuS geben den Mitschülern eine sinnvolle Rückmeldung zu ihrem taktischen Verhalten. UK	Die SuS beherrschen die gelernten Techniken ÜKVH-Clear, Drop, hoher Aufschlag, Heben, Töten und Stechen nur im Ansatz. Die zentralen Technikmerkmale werden vereinzelt korrekt ausgeführt. Die Schläge werden taktisch sinnvoll angewandt, um zu einem Punktgewinn zu kommen. BWK Die SuS können ihren Mitschüler nur mit Hilfe Rückmeldung zu deren Schlagtechniken geben und diese sprachlich ansatzweise verbessern. Die SuS beschreiben Bildreihen ansatzweise mit den richtigen Fachbegriffen. MK Die SuS erkennen ansatzweise, ob ihre Mitschüler die erlernten Schläge richtig ausführen und können vereinzelt Hilfe leisten (taktil, akustisch, visuell). Die SuS geben den Mitschülern nur mit Hilfe eine sinnvolle Rückmeldung zu deren taktischen Verhalten. UK

