

## UV 5.1 Kooperations- und Interaktionsformen und -spiele in der Gruppe kennen lernen und erfahren

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV.	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</b>	E	5	10	5.2, 6.2, 8.4, 9.4	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperative Spiele</li> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen. [6 BWK 2.1] Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten. [6 BWK 2.2]lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen. [6 BWK 2.3]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b> Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen. [6 SK e1] sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben. [6 SK e2]
<b>Methodenkompetenz (MK)</b> selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen. [6 MK e1]
<b>Urteilskompetenz (UK)</b> sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. [6 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufbau sozialer Verantwortung fördern</li> <li>• Entwicklung von Teamfähigkeit</li> <li>• Akzeptanz unterschiedlicher Stärken und Schwächen aufbauen – sich helfen lassen</li> <li>• gemeinsame Basis für pädagogische Arbeit schaffen</li> <li>• Respekt vor Gefühlen und Bedürfnissen anderer</li> <li>• Verbesserung des Klassenklimas</li> <li>• Eigenständiges Lösen von Problemstellungen und Konflikten</li> <li>• Akzeptanz gegenseitiger Leistungen</li> <li>• Übernahme von Verantwortung bei Problemlösungsspielen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennenlernspiele</li> <li>• Warming-up Spiele</li> <li>• Sensibilisierungs- und Gleichgewichtsspiel - und übungsformen</li> <li>• Vertrauensspiel- und übungsformen</li> <li>• Interaktions- und Kooperationsspiele aus dem Abenteuer- und Erlebnissport</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realistische Selbsteinschätzung fördern</li> <li>• Verantwortungsübernahme bewusst machen</li> <li>• Fairness im Umgang mit Sieg und Niederlage thematisieren</li> <li>• Respektvolles Miteinander fordern</li> <li>• Körperbewusstsein aufbauen</li> <li>• Berührungängste abbauen</li> <li>• Reflexive Koedukation anbahnen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fair-Play-Begriff</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einsatzwille – Leistungsbereitschaft</li> <li>• Lernbereitschaft im Bereich der Entwicklung der Sozialkompetenz erkennen</li> <li>• Allgemeine Somi-Aspekte nutzen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• im Ermessen der Lehrkraft</li> </ul>

## UV 5.2 Spielideen unterschiedlicher kleiner Spiele erfahren und begreifen: Verschiedene (Pausen-) Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und ein Lieblingsspiel (er)finden

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</b>	E	5	10	5.1, 6.2, 8.4, 9.4	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperative Spiele</li> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen. [6 BWK 2.1] Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten. [6 BWK 2.2] unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen. [6 BWK 2.4]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b> Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen. [6 SK e1]
<b>Methodenkompetenz (MK)</b> selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen. [6 MK e1] in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren. [6 MK e2]
<b>Urteilskompetenz (UK)</b> sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. [6 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• kleine Spiele und Pausenspiele</li> <li>• ein bekanntes Spiel variieren und auf die Klasse anpassen</li> <li>• unterschiedliche Zielperspektiven von Spielen kennen lernen</li> <li>• Erlernen grundlegender Abläufe bei der Vor- bzw. Nachbereitung von Sportspielen</li> <li>• Verständnis für faires und mannschaftsdienliches Verhalten entwickeln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Darstellung und Erläuterung von Spielsituationen</li> <li>• Ein Spiel mit vorgelegtem Regelapparat eigenständig spielen und umsetzen können</li> <li>• Adressatengerechte Variation von Spielregeln entwickeln</li> <li>• Einsatz unterschiedlicher Materialien erproben</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundfertigkeiten für allgemeine Spielfähigkeiten erkennen und benennen z.B. Passen, Fangen, Freilaufen, Anbieten, Spielraumnutzung</li> <li>• Regelkunde vertiefen</li> <li>• Regelstrukturen kennen und nutzen ( M )</li> <li>• Allgemeine Fairnessaspekte kennen (M)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Kooperationsbereitschaft</li> <li>• Beiträge zum Unterrichtsgespräch und zur Spielentwicklung</li> <li>• Grad der allgemeinen Spielfähigkeit</li> <li>• Niveau spielerische Grundtechniken</li> </ul> <p><b>punktuell:</b> Kleingruppenarbeit:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entwicklung eines Sportspiels</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundzüge von Sportspielen reflektieren und verstehen.</li> <li>• Was macht ein gutes Spiel aus?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erprobung unterschiedlicher Organisationsformen</li> <li>• Unterschiedliche Spielziele erkennen und zielgerichtet umsetzen können</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boden-, Druck-, Schiebepass, Fangen in W-Form (Ansaugen), Freilaufen, Anbieten, Spielraumnutzung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kriterien: Material, Spielart, Fortbewegungsart, Spielfeld etc.</li> <li>• Schriftliche Spielanleitung erfassen</li> </ul>
--	---	--	---

### UV 5.3 Kleine Kämpfe ohne und mit Gegenständen – auf das Zweikämpfen spielerisch vorbereiten

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.-stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>9. Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b>	A,E	5	12	7.3	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen um Raum und Gegenstände</li> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>

<p><b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b>  unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen. [6 BWK 9.1]  in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen. [6 BWK 9.2]</p> <p><b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>Sachkompetenz (SK)</b>  Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen. [6 SK e1]  sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben. [6 SK e2]</p> <p><b>Methodenkompetenz (MK):</b>  in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren. [6 MK e2]</p> <p><b>Urteilskompetenz (UK):</b>  sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. [6 UK e1]</p>
--

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verständnis für faires und regelgerechtes miteinander Kämpfen entwickeln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erstellen eines Regelplakates</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fairness- Regeln kennen</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> Anstrengungsbereitschaft

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mit dem Risiko und dem individuellen Wagnis in Kampfsituationen umgehen lernen</li> <li>• Kooperativ mit gegenseitiger Verantwortung und Verständigung lernen und üben</li> <li>• Grundtechniken des Haltens, Befreiens, der Griffarten , der Taktiken kennen lernen</li> <li>• Die individuellen Leistungsunterschiede in Zweikampfsituationen wahrnehmen und verstehen</li> <li>• Intensive Kräftigung des Halte- und Stützapparats</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• adressatengerechte Reduktion der Kampfregeln</li> <li>• Stationen Lernen z.B.:</li> <li>• Kampf um Gleichgewicht</li> <li>• Kampf um Gegenstände</li> <li>• Kampf um Raum</li> <li>• Zieh und Schiebekämpfe</li> <li>• Hebelgriffe- &amp; Haltegriffe</li> <li>• Erste Falltechniken erproben</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kampfregeln kennen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bodenkampf, Körperschwerpunkt, Hebelgriffe, Haltegriffe, Befreiungsstrategien</li> </ul>	<p>Beiträge zum UG. Einlassen auf Kampfsituationen</p> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anwenden der erlernten Haltegriffe und deren Befreiungsstrategien</li> <li>• Test: Fairnessregeln und Strategien im Zweikampf</li> </ul>
---	---	--	---

## UV 5.4 Förderung motorischer Basisqualifikationen - Hangeln, Stützen und Balancieren im Ninja Warrior Norf

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV.	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	A, B, C	5	12	6.1, 9.5, 10.3	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>

<p><b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b>  sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen. [6 BWK 1.1]  eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen. [6 BWK 1.2]  grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden. [6 BWK 1.3]f</p> <p><b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>Sachkompetenz (SK):</b>  unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben. [6 SK a1]  die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben. [6 SK c1]  grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen. [6 SK f1]</p> <p><b>Methodenkompetenz (MK):</b>  selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen. [6 MK e1]  Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen. [6 MK f1]</p>
---

**Urteilskompetenz (UK):**

einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen. [6 UK c1]

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mit dem Risiko und dem individuellen Wagnis in Schwebesituationen umgehen lernen</li> <li>• Technisch-koordinative Grundanforderungen an das Stützen, Balancieren und Hangeln</li> <li>• Aufbau und Aufrechterhaltung von Körperspannung</li> <li>• Intensive Kräftigung des Halte- und Stützapparats</li> <li>• Eigene Körpereigenschaften und Kräfte einschätzen</li> <li>• Eigene Leistungsfähigkeit realistisch einschätzen können</li> <li>• Koordinative Fähigkeiten in einfachen Parcourformen ausprägen und verbessern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Induktives oder deduktives Erarbeiten von turnerischen Elementen im Hangeln, Stützen und Balancieren</li> <li>• Vermittlung von Sicherheitsaspekten</li> <li>• Sämtliche Grundbewegungsarten und motorische Grundformen als Bewegungsfundus erarbeiten</li> <li>• Diverse Variationen des Hangeln, Stützen und Balancieren in unterschiedlichen Arrangements an Geräten entwickeln, ausführen und intensiv üben können</li> <li>• Kraft und Gewandtheit in Hindernisparcours verbessern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperbewusstsein aufbauen</li> <li>• Sicherheitsregeln</li> <li>• Effiziente Koordination von Armen und Beinen</li> <li>• Hangeln an den Ringen und Seilen</li> <li>• Stützen in der Vertikale auch kopfüber</li> <li>• Balancieren auf Bänken, Reck und Stufenbarren</li> <li>• Stärkung des Verantwortungsbewusstseins der Sicherheitsaspekte</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperschwerpunkt</li> <li>• Balance</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsbereitschaft</li> <li>• Beachtung der Sicherheitsaspekte</li> <li>• individueller Lernfortschritt</li> <li>• Lernbereitschaft im Bereich der Entwicklung der Sozialkompetenz erkennen</li> <li>• Auf- und Abbauhilfe</li> <li>• Bewältigung der koordinativen Aufgaben</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Überprüfung anhand eines Parcours mit den Elementen Hangeln, Stützen und Balancieren</li> </ul>

## UV 5.5 Grundlagen für Rückschlagspiele schaffen – vielfältiges Erlernen, Üben und Anwenden von technisch-taktischen Grundfertigkeiten im Tischtennis

Bewegungsfeld/Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.-stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>7. Spielen in und mit Regelstrukturen- Sportspiele</b>	A, E	5	12	8.2, 10.1	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)</li> </ul>

<p><b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b>  sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden. [6 BWK 7.1]  sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten. [6 BWK 7.2]  in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [6 BWK 7.3]</p> <p><b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>Sachkompetenz (SK):</b>  Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen. [6 SK e1]  sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben. [6 SK e2]</p> <p><b>Methodenkompetenz (MK):</b>  verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen. [6 MK c1]  selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen. [6 MK e1]  in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren. [6 MK e2]</p> <p><b>Urteilskompetenz (UK):</b>  sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. [6 UK e1]</p>
---

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>Selbständiger und eigenverantwortlicher Auf- und Abbau der Übungsstätte nach Erstanleitung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Deduktive Vermittlung der ersten Grundschnitte</li> <li>Spielerische Anwendung der Schnitte in diversen Spiel- und Übungsformen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Griffhaltungen</li> <li>Vorhand/Rückhand Unterscheidung/Beschreibung</li> <li>Grundstellung an der Platte</li> <li>Erste Regelkunde</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Aufbau der Übungsstätte</li> <li>Sicherheit + Organisationsformen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>TT- Sportabzeichen</li> <li>Spielbeobachtung 1:1 (Beobachtungsb.)</li> </ul>

## UV 5.6 Grundlagen für Ballspiele schaffen – vielfältiges Erlernen, Üben und Anwenden von technisch-taktischen Grundfertigkeiten im Basketballspiel

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.-stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>7. Spielen in und mit Regelstrukturen- Sportspiele</b>	A, E	5	14	8.3	6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> <li>• Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<p><b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b>  sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden. [6 BWK 7.1]  sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten. [6 BWK 7.2]  in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [6 BWK 7.3]</p>
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<p><b>Sachkompetenz (SK):</b>  wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. [6 SK a2]  Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen. [6 SK e1]  sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben. [6 SK e2]</p>
<p><b>Methodenkompetenz (MK):</b>  verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen. [6 MK c1]</p>
<p><b>Urteilskompetenz (UK):</b>  ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen. [6 UK d1]  sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. [6 UK e1]</p>

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeine Ballsicherheit gewinnen – Ballerfahrungen auffrischen und koordinative Fähigkeiten verbessern</li> <li>• fehlerfrei Losdribbeln und Stoppen (Sternschritt)</li> <li>• 1-1 Spielen (Verteidiger zwischen Gegner und Korb, Angreifer erkennt ob er Dribbeln oder Werfen soll)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vielfältige Ballschule geschlossen und offen kreativ nutzen</li> <li>• Dribbelsicherheit in diversen Anforderungssituationen schulen</li> <li>• Stoppen und fehlerfrei los dribbeln in unterschiedlichen Spielformen</li> <li>• Passen und Fangen in diversen Spiel- und Übungsformen sicher vermitteln z.B. durch Passspiele</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passen &amp; Fangen</li> <li>• am Gegner vorbeikommen: einhändiges Dribbeln &amp; Handwechsel aus dem Dribbling</li> <li>• Korbleger</li> <li>• Basisregeln</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• regelkonformes Stoppen und Losdribbeln</li> <li>• Entscheidungsverhalten Passen oder Dribbeln</li> <li>• Technikbewertung Korbleger nach dem Übungs- und Bewertungsbogen (M.5.8.)</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende basketballspezifische Handlungsmuster vermitteln: freilaufen, anbieten, passen &amp; fangen, werfen, dribbeln</li> <li>• Einführung in das Streetballspiel (3-3) mit Pass zum Partner als Start (Check)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vereinfachte Spielformen 1-1 bis 3:3 (3x3 Basketball)</li> <li>• Korbleger durch den Rhythmus erlernen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brustpass und Bodenpass</li> <li>• Fangen in "W-Form" der Hände</li> <li>• Korbleger: "3er Rhythmus",</li> <li>• Schrittfehler- &amp; Aus-Regel, Doppeldribbling,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(Absprung Innenbein, Wurf einhändig durch Außenhand, Anlauf aus einem Dribbling)</li> <li>• Allgemeine Spielfähigkeit im 1-1 bis 3-3</li> </ul>
--	--	---	--

## UV 5.7 Kreatives Bewegungshandeln und seine Präsentation: einfache technisch-koordinative turnerische Bewegungselemente am Boden üben und präsentieren

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>5. Bewegen an Geräten - Turnen</b>	A, B	5	12	6.4, 9.6, 10.5	7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Normungebundenes Turnen an Geräten und</li> <li>• Gerätekombinationen</li> <li>• Normungebundenes Turnen an Geraten und Gerätebahnen</li> </ul>

<p><b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b></p> <p>vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren, Bank/Balken/ Slackline, Kasten/Bock, Sprossenwand, Boulder-/Kletterwand) demonstrieren. [6 BWK 5.1]</p> <p>eine Bewegungsverbinding aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebelbalken) demonstrieren. [6 BWK 5.2]</p> <p>grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen. [6 BWK 5.3]</p> <p><b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>Sachkompetenz (SK)</b></p> <p>Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen. [6 SK b1]</p> <p>wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. [6 SK a2]</p> <p><b>Methodenkompetenz (MK):</b></p> <p>mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen. [6 MK a1]</p> <p>einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden. [6 MK a2]</p> <p>Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten. [6 MK b1]</p> <p>einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden. [6 MK b2]</p> <p><b>Urteilskompetenz (UK):</b></p> <p>einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen. [6 UK a1]</p> <p>kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen. [6 UK b1]</p>
--

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
-----------------------------------	-----------------------------------	---	---------------------------

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Technisch-koordinative Grundanforderungen an das Rollen, Stützen, Balancieren, Springen</li> <li>• Aufbau und Aufrechterhaltung von Körperspannung</li> <li>• Grundlagen des Helfens und Sicherns</li> <li>• Partner oder Gruppenküren erarbeiten und präsentieren</li> <li>• Präsentationen einschätzen &amp; nach ausgewiesenen Kriterien beurteilen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Induktives oder deduktives Erarbeiten von normgebundenen und normoffenen turnerischen Elementen am Boden</li> <li>• Vermittlung von Sicherheitsaspekten</li> <li>• Erproben unterschiedlicher Organisationsformen</li> <li>• Dokumentieren und Planen von Bewegungsfolgen für die Kür</li> <li>• Ritualisierung von Signalen zum sammeln und Kommunizieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennen lernen elementarer Sicherheitsregeln</li> <li>• Kennen lernen elementare turnerischer Fachbegriffe für turnerische Elemente am Boden</li> <li>• Phasenverläufe ( Auftakt-Hauptaktionsphase-Ausklangphase)</li> <li>• Körperachsen</li> <li>• Erste Helfergriffe</li> <li>• Umgang mit Schwierigkeitsstufen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hilfe- und Sicherheitsstellung</li> <li>• Handstand (+Abrollen), Rolle vw, rw, Stütz, Rad, Radwende, AZ, Standwaage, Kerze, Brücke</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <p>Sicherheitsregeln, Helfergriffe, Lernprogression</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppenkür</li> <li>• Bewegungsqualität der turnerischen Fertigkeiten in der Kürpräsentation</li> <li>• Rolle ( vw. + rw.)</li> <li>• Handstand mit oder ohne Hilfestellung</li> <li>• Grobform Rad</li> </ul>
--	--	--	--

## UV 5.8 Sicher und selbstbewusst auf und unter Wasser fortbewegen - Wassergewöhnung, Tauchen und Springen ohne Angst

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.-stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>4. Bewegen im Wasser - Schwimmen</b>	A, C, F	5	Ca. 12	5.9, 7.1,	8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>

<p><b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Langs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen. [6 BWK 4.1] in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen. [6 BWK 4.4]</p> <p><b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>Sachkompetenz (SK)</b> grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen. [6 SK f1] die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben. [6 SK c1] wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. [6 SK a2]</p> <p><b>Methodenkompetenz (MK):</b> einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden. [6 MK a2]</p> <p><b>Urteilskompetenz (UK):</b> einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen. [6 UK a1]</p>
---

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p><b>Allgemein:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wassergewöhnung festigen - Auftrieb, Absinken, Wasserwiderstand, Orientierung unter Wasser, Erlernen des Ausatmens, unterschiedliche Lagen im und unter Wasser</li> </ul> <p><b>Tauchen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bergen von Gegenständen im Nichtschwimmerbereich</li> <li>• sicheres Orientieren unter Wasser</li> <li>• Überwinden einer Tauchstrecke, Sicherheitsmaßnahmen beim Tauchen und Springen</li> </ul> <p><b>Springen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kontrollierte Kopf- und Fußsprünge vom Beckenrand</li> <li>• Freunde an kreativen Sprüngen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielerische Formen zum Experimentieren mit Wassereigenschaften und Materialien,</li> <li>• Erproben unterschiedlicher Organisationsformen,</li> <li>• Ritualisierung von Signalen</li> <li>• Spielerische Formen unter Wasser</li> <li>• Tunneltauchen, Hindernistauchen</li> <li>• Tauchspiele</li> <li>• Einsatz verschiedenen Materialien,</li> <li>• Partner- und Gruppenübungen,</li> <li>• Beobachtungsformen beim Tauchen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennenlernen elementarer Bade – und Sicherheitsregeln (M 5.4.1.)</li> <li>• Auftrieb, Absinken, Gleitlage, Wasserwiderstand, Druckausgleich, Zug- und Druckphasen, Beinschlag, Armzug, Gleitphase</li> <li>• Hyperventilation</li> <li>• Atemtechnik beim Tauchen</li> <li>• Körperspannung beim Sprung</li> <li>• Fuß- und Kopfsprünge, freie Sprünge</li> <li>• Kopfsprung und Steuerung</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einhaltung der Bade-, Sicherheits- und Organisationsregeln</li> <li>• Unterwasserkontrolle, Körperspannung beim Sprung</li> <li>• Beharrlichkeit beim Üben</li> <li>• Nutzung der Fachbegriffe</li> <li>• Bereitschaft zur Übernahme von Verantwortung bei der Partnerarbeit</li> </ul> <p><b>punktuell:</b> Baderegeltest</p>

## UV 5.9 Sicher und ausdauernd schwimmen lernen – vorhandene Fähigkeiten verbessern und vertiefen.

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.-stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
4. Bewegen im Wasser - Schwimmen	A, D	5	Ca. 22	5.8, 7.1, 7.2	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> <li>• Schwimmarten einschließlich Start und Wende</li> </ul>

### Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

Grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen. [6 BWK 4.2]

Eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen. [6 BWK 4.3]

#### Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:

##### Sachkompetenz (SK):

Unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben. [6 SK a1]

Wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. [6 SK a2]

##### Methodenkompetenz (MK):

Einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden. [6 MK a2]

##### Urteilskompetenz (UK):

Einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen. [6 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<b>Techniken:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erlernen einer Gleit- oder Wechselzugtechnik</li> <li>• Erlernen des Startsprungs</li> <li>• Verbessern einer vorhandenen Schwimmtechnik individuell</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einsatz verschiedenen Materialien</li> <li>• Partner- und Gruppenübungen,</li> <li>• Beobachtungsformen beim Tauchen</li> <li>• Einsatz von Materialien beim Lernen</li> <li>• Teillernmethode beim Erlernen von Arm- Beinbewegungen</li> <li>• Einsatz von Partnerbeobachtungen. Bildreihen und Korrekturbögen altersgerecht</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Phasenverlauf Grundtechniken</li> <li>• Atmung</li> <li>• Kopfsprung und Steuerung</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zug- und Druckphasen, Beinschlag, Armzug, Gleitphase</li> <li>• Ausatmen ins Wasser</li> <li>• Fuß- und Kopfsprünge, freie Sprünge</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beharrlichkeit beim Üben</li> <li>• Nutzung der Fachbegriffe</li> <li>• Bereitschaft zur Übernahme von Verantwortung bei der Partnerarbeit</li> <li>• Individueller Lernfortschritt Techniken</li> </ul> <b>punktuell:</b> Individuelle Techniküberprüfung Ausdauerleistung einer Technik (Strecke in 10 Minuten) Schwimmabzeichen Bronze

## UV 5.10 Vielfältige Lauf-, Sprung- und Wurferfahrungen zur gezielten Vorbereitung auf die Bundesjugendspiele machen

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche  Inhaltliche Kerne
<b>3. Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</b>	<b>D</b>	<b>5</b>	<b>14</b>	<b>6.8, 7.5, 9.1, 10.2</b>	<b>10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> <li>Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> Grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen. [6 BWK 3.1] Leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau ausführen. [6 BWK 3.2] Einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen. [6 BWK 3.3]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK):</b> Die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen. [6 SK d1] Psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen. [6 SK d2] Psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben. [6 SK d3]
<b>Methodenkompetenz (MK):</b> Einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden. [6 MK d1]
<b>Urteilskompetenz (UK):</b> Ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen. [6 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>Unterscheidung von Übungs- und Wettkampfverhalten kennen und entsprechend zeigen können</li> <li>Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampfbestimmungen in den angewendeten Disziplinen kennen und anwenden</li> <li>Messverfahren sachgerecht anwenden können</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wettkampfstätten sachgerecht herrichten</li> <li>Individuelle Vorbereitung auf einen leichtathletischen Dreikampf sachgerecht können (Aufwärmen, Anlauflauf, Pausen etc.)</li> <li>Laufen auf unterschiedlichen Untergründen</li> <li>Sprintstarttechnik umsetzen</li> <li>Variantenreiches Springen lernen</li> <li>Weitsprunganlauf individuelle erlernen</li> <li>Werfen mit unterschiedlichen Ballmaterial</li> <li>Schlagballweitwurf aus dem Stand und mit individuellem Anlauf</li> <li>Dreischrittrhythmus an Wurflinie erlernen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Grundlegende Wettkampfgeln zu den angewandten Disziplinen kennen</li> <li>Startkommando anwenden</li> <li>Einfache Phasenverläufe kennen z.B. Weitsprung, Ballwurf</li> <li>Sprintstart</li> <li>Messverfahren kennen</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leistungsbereitschaft</li> <li>Angemessenes Wettkampfverhalten</li> <li>Hilfsbereitschaft und Teamgeist</li> </ul> <p><b>punktuell:</b> Bundesjugendspieltabelle anwenden normierten Dreikampfes Alternativ: Ablauf der Sprung- und Wurfdisziplinen; Lehrer bewertet Regelkonformität</p>

**UV.6.1 Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten – allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und strukturiert durchführen am Beispiel von diversen Sportarten – vernetzt mit anderen UVs.**

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	A, D, F	6	6	5.1, 9.5	11	• Allgemeines und spezielles Aufwärmen

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen. [6 BWK 1.1]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK):</b> grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen. [6 SK f1] Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen. [6 SK f2]
<b>Methodenkompetenz (MK):</b> einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden. [6 MK d1]
<b>Urteilskompetenz (UK):</b> körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen. [6 UK f1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungs- bewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeine Funktionen des Aufwärmens kennen</li> <li>• Merkmale körperlicher Reaktionen beim und nach dem Aufwärmen erkennen und benennen</li> <li>• Eigene Leistungsfähigkeit ansatzweise einschätzen können</li> <li>• Ein allgemeines Aufwärmprogramm-Muster erkennen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beobachtungsbogen zu körperlichen Merkmalen beim und nach dem Aufwärmen und bei Belastungen diverser Art</li> <li>• Arten der Pulsmessung und Pulsarten kennen lernen</li> <li>• Diverse Aufwärmspiel- und Übungsformen kennen lernen</li> <li>• Abwechslungsreiches Aufwärmen kennen lernen für späteres selbständig angeleitetes Aufwärmen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pulsmessung</li> <li>• Dehn- und Kräftigungsübungen und ihre Unterscheidung</li> <li>• Allgemeine Aufwärmprinzipien ( Länge, Intensität etc. ) kennen</li> </ul> <b>Fachbegriffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pulsmessung</li> <li>• Dehnen</li> <li>• Kräftigen</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b> SoMi-Note</p> <p><b>punktuell:</b> Schüler übernehmen ein Aufwärmen</p>

## UV 6.2 Der Ball ist rund - allgemeine Ballschule: Grundlagen für Ballspiele vielfältig erlernen, üben und anwenden – allgemeine Spielfähigkeit weiter entwickeln.

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	A, E	6	12	5.2, 6.3, 8.3, 9.8	12	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperative Spiele</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<p><b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b>          sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden. [6 BWK 7.1]          sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten. [6 BWK 7.2]          in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [6 BWK 7.3]</p>
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<p><b>Sachkompetenz (SK):</b>          Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen. [6 SK e1]          sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben. [6 SK e2]</p>
<p><b>Methodenkompetenz (MK):</b>          selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen. [6 MK e1]          in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren. [6 MK e2]          Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen. [6 MK f1]</p>
<p><b>Urteilskompetenz (UK):</b>          ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen. [6 UK d1]          sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. [6 UK e1]</p>

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
-----------------------------------	-----------------------------------	---	---------------------------

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Breites Spektrum im Umgang mit Bällen, Ballsicherheit und Ballspielen vermitteln</li> <li>• Differenzierte soziale Spielkompetenz entwickeln</li> <li>• Grundlegende Handlungsmuster für Mannschaftsspiele weiter entwickeln</li> <li>• Miteinander spielen können</li> <li>• Schwächere ins Spiel zu integrieren</li> <li>• Eigene Spieldominanz situativ zurücknehmen</li> <li>• Ballerfahrungen auffrischen – koordinative Fähigkeiten verbessern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nutzung unterschiedlichen Ballmaterials</li> <li>• v.a. Freiburger/Heidelberger Ballschule</li> <li>• Kunststücke mit dem Ball</li> <li>• Mehrfachanforderungen mit Ballschule</li> <li>• Beidseitigkeit fördern</li> <li>• Übungen zur Verbesserung der Wahrnehmung von Raum, Mit- und Gegenspieler</li> <li>• Vielfältige Volley-, Prell- und Dribbel- Übungs- und Spielformen</li> <li>• Handlungsabsichten signalisieren und antizipieren beim Freilaufen- Anbieten, Ballführen, Verteidigen, Raumnutzung</li> <li>• Fähigkeiten in überschaubaren Spielsituationen anwenden ( 1-1; 3-3; Überzahlverhältnisse)</li> <li>• Übungen einfacher Art zu ersten Spielbeobachtungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prinzipien von Freilaufen, Anbieten bzw. zum Ball laufen (Volleyaktionen)</li> <li>• verbaler und nonverbaler Kommunikation in Spielsituationen</li> </ul> <p><b>Fachsprache</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hand-Augen-Koordination</li> <li>• Anbieten und Freilaufen</li> <li>• Doppelpass</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b> In jeder Sportart können die sportpraktischen und sporttheoretischen Aspekte Unterrichtsbegleitend angewendet werden. Überprüfung der Fähigkeiten und Fertigkeiten erfolgt jeweils mit der Überprüfung z.B. im Volley-Spielen oder Fußball</p> <p><b>punktuell: z.B.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ballführungstests</li> <li>• Ballsicherheitstest</li> <li>• Dribbeltest</li> <li>• Volleytest</li> <li>• Passtests</li> </ul>
--	--	--	--

## UV 6.3 Vielfältiges Erlernen, Üben und Anwenden von Grundfertigkeiten im Handball

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>7. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>	A, E	6	12	6.2, 7.4	13	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>

<p><b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b>  sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden. [6 BWK 7.1]  sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten. [6 BWK 7.2]  in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [6 BWK 7.3]</p> <p><b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>Sachkompetenz (SK):</b>  wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. [6 SK a2]  Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen. [6 SK e1]  sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben. [6 SK e2]  Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen. [6 SK f2]</p> <p><b>Methodenkompetenz (MK):</b>  einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden. [6 MK a2]  verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen. [6 MK c1]  selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen. [6 MK e1]  in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren. [6 MK e2]  Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen. [6 MK f1]</p> <p><b>Urteilskompetenz (UK):</b>  ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen. [6 UK d1]  sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. [6 UK e1]</p>
---

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Von Endlinienspielen (Ultimateformen) oder Torpassspielen durch ein offenes Tor zum Handball ohne Torwart</li> <li>• Hinführung zur Grobformen des Sprungwurfs und Passtechniken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vielfältige Torwurf- und Zielpass-Arrangements</li> <li>• Spielgemäße Vorformen von Handball Bodenpassaufgaben, Kleingruppenspielen auf ein (Hüttchen-)Tor</li> <li>• Umschaltspiele (Überzahl) nutzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• regelgerechter Einwurf</li> <li>• Sprungwurf</li> <li>• Passtechniken</li> <li>• Mann-Mann-Verteidigung (6 Außen)</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einsatz- und Leistungsbereitschaft</li> <li>• Allg. Spielverständnis</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleinfeldhandball unter Ausnutzung reduzierter Regeln zur Förderung eines gewissen Spielflusses</li> <li>• Spielidee vermitteln mit alternativen Torzielen</li> <li>• erste Aufstellungen im Angriff</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zugiges Einführen eines Strafraums</li> <li>• Torziel verändern (verkleinern, alternative Ziele wie Ringe usw.), aber ohne Torhüter spielen</li> <li>• Mann-Mann-Verteidigung einfordern</li> </ul>	<b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Strafraum und 6-Meter-Linie</li> <li>• Sprungwurf</li> <li>• Mann-Mann-Verteidigung (6 Außen)</li> </ul>	<b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniktest Sprungwurf</li> </ul>
--	--	--	--

## UV.6.4 Einführung in die Partner- und Gruppenakrobatik – Kunststücke lernen, üben und präsentieren

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
5. Bewegen an Geräten- Turnen	A,B,C	6	14	5.7, 8.1, 10.3	14	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b> <b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren. [6 BWK 5.2] grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen. [6 BWK 5.3]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b> <b>Sachkompetenz (SK):</b> Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen. [6 SK b1] grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen. [6 SK b2]
<b>Methodenkompetenz (MK):</b> Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten. [6 MK b1] einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden. [6 MK b2]
<b>Urteilskompetenz (UK):</b> einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen. [6 UK a1] kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen. [6 UK b1]
<b>Medienkompetenz:</b> 4.4 Rechtliche Grundlagen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungs- bewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eigene und fremde Körpereigenschaften und Kräfte einschätzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stationen lernen – Erfahrungen mit verschiedenen Formen des Pyramidenbaus</li> <li>• Bildvorlagen analysieren lernen in ihren Anforderungen und zu Pyramiden umsetzen können</li> <li>• Von einfachen Zweierpyramiden zu komplexen Pyramiden steigern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheitsregeln</li> <li>• Von der Partnerakrobatik zur Gruppenpyramiden</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Den Wechsel zwischen Spannung und Entspannung erleben</li> <li>• Sicherheitsrelevante und gesundheitsorientierte Grundregeln der Akrobatik berücksichtigen</li> <li>• Mit Stärken und Schwächen der Mitschüler partnerschaftlich fair umgehen können</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eigene Pyramiden ergänzen können</li> <li>• Pyramiden präsentierbar machen und Kriterien des Präsentierens erlernen</li> <li>• Übergänge und Abschlussbilder entwickeln</li> </ul> <p><i>Medienkompetenz 4.4.: Das Thema Recht am eigenen Bild, insbesondere im Rahmen sportlicher Aktivität, wird mit den Schülern erörtert. Es wird mit der Gruppe ein entsprechender Umgang mit Bildmaterial vereinbart (ggf. in Form eines „Vertrags“). Anschließend nutzen die Schülerinnen und Schüler eigene Geräte oder die der Schule, um ihre Fortschritte in der Gruppenarbeit zum Thema Partner- und Gruppenakrobatik zu überprüfen und zu dokumentieren. Gegebenenfalls muss im Verlauf der Reihe der „Vertrag“ hervorgeholt bzw. an die gemeinsame Vereinbarung erinnert werden. Zum Abschluss der Reihe wird der korrekte Umgang mit dem Bildmaterial reflektiert.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bauprinzipien erkennen</li> <li>• Übergänge und Abschlussbilder kennen</li> <li>• Gestaltungskriterien kennen und anwenden (M.6.3.)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltungskriterien (Raum, Form, Zeit, Dynamik)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beachtung der Sicherheitsaspekte</li> <li>• Kooperationsbereitschaft</li> <li>• Beiträge zum UG</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Küren präsentieren und ansatzweise beurteilen können</li> </ul>
--	--	---	---

## UV 6.5 Spring dich fit – Einführung in die Basic Stunts im Rope Skipping und Entwicklung eines kleinen Kürablaufs individuell oder mit Partner

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>6. Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik Tanz, Bewegungskünste</b>	<b>B</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	<b>5.7, 8.6, 10.5</b>	<b>15</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgerate oder Alltagsmaterialien)</li> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<p><b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hupfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen. [6 BWK 6.1]</p>
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<p><b>Sachkompetenz (SK):</b> Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen. [6 SK b1] grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen. [6 SK b2]</p>
<p><b>Methodenkompetenz (MK):</b> Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten. [6 MK b1] einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden. [6 MK b2]</p>
<p><b>Urteilskompetenz (UK):</b> kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen. [6 UK b1]</p>

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis & Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kreatives Bewegungshandeln und seine Präsentation erleben und für sich akzeptieren</li> <li>• Kleine Kunststücke erfinden oder Üben und präsentieren</li> <li>• Rhythmische und räumliche Dimensionen im Umgang mit dem Seil kennen lernen</li> <li>• Ausgewählte Grundformen gestalterischen Bewegens mit dem Seil</li> <li>• Aspekte der Bewegungsqualität thematisieren</li> <li>• Anpassung der Gestaltung an die individuelle Leistungsfähigkeit</li> <li>• Merkmale der Beanspruchung bei kontinuierlicher Belastung und ihre Auswirkung auf die Gestaltung erkennen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorierende Auseinandersetzung mit den Bedingungen und Möglichkeiten des Handgerätes entdecken lassen</li> <li>• Üben selbstgewählter Bewegungen und Handlungsformen aus diversen Vorlagen nach individueller Einschätzung anbieten</li> <li>• Rhythmisch dynamische und partnerbezogene Aspekte einbeziehen</li> <li>• Erarbeitung komplexerer Formen ermöglichen</li> <li>• Kriterienkatalog gemeinsam mit den SuS erstellen</li> <li>• Beobachtungsbogen für gegenseitige Rückmeldung</li> <li>• Einen individuellen als stimmig erfahrenen Bewegungsablauf auswählen und durch Üben verbessern und durch Variationen weiterentwickeln</li> <li>• Vielfältige Gelegenheiten zur Präsentation von Gestaltungen nutzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprungtechniken – und -kombinationen und ihre Begrifflichkeit</li> <li>• Gestaltungskriterien weiter kennen lernen und umsetzen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dimensionen Zeit, Raum, Form, Dynamik</li> <li>• Basic Jump, Double Under, Cross Jump, Skier, Side/Forward Straddle, Twister, Side Step, Bell</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• konstruktives Arbeiten individuell und mit Partner</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation einer Einzel – oder Partnerkür</li> <li>• Umsetzung von Gestaltungskriterien</li> <li>• Technische Ausprägung der Sprünge</li> </ul>

## UV 6.6 Vielfältiges Erlernen, Üben und Anwenden von Grundfertigkeiten im Fußball

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche  Inhaltliche Kerne
<b>7. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>	A, E	6	14	6.2, 9.8	16	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten. [6 BWK 7.2] in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [6 BWK 7.3]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b> in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren. [6 MK e2]
<b>Methodenkompetenz (MK):</b> sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. [6 UK e1]
<b>Urteilskompetenz (UK):</b> einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen. [6 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<b>Grundsituationen:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tore erzielen und verhindern</li> <li>Einen Angriff aufbauen und abschließen</li> <li>Den Aufbau eines Angriffs stören und Tore verhindern in Spiel- und Übungsformen vermitteln</li> </ul> <b>Taktische Grundformen:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ball situationsgerecht führen &amp; kontrollieren</li> <li>Beim Angriff den Raum ausnutzen</li> <li>Mittel der Abwehr gegen einen Angriff</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Einfache Torschusspiele</li> <li>Diverse Übungs- und Spielformen zu Torschuss, Ballführen, Ballkontrolle und Passen</li> <li>Reduzierte Spielformen in diversen Kleingruppen – Straßenfußball</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stellung zum Ball beim Passen und Torschuss</li> <li>Erste Spielregeln und Vereinfachungen</li> <li>Dribbling</li> <li>Passen, Anbieten, Freilaufen</li> <li>Fairness im Umgang &amp; Spiel</li> </ul> <b>Fachbegriffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Innenseitpass, Spielbein, Standbein</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Regelkenntnis und Umsetzung</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Fertigkeiten demonstrieren in diversen Pass, Dribbel, Schussvarianten</li> <li>Spiel 3:3 oder 4:4 auf kleine Kästen</li> </ul>

## UV 6.7 Technisch-koordinative Fertigkeiten beim Waveboardfahren erlernen

Bewegungsfeld /Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.-stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>8. Gleiten, Fahren, Rollen-Rollsport</b>	A	6	8	8.7	17	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee</li> </ul>

### Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät kontrolliert fortbewegen, gezielt die Richtung ändern sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen. [6 BWK 8.1]  
grundlegende, gerätspezifische Anforderungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter bewegungsökonomischen oder gestalterischen Aspekten sicherheitsbewusst bewältigen. [6 BWK 8.2]

#### Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:

##### Sachkompetenz (SK):

unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben. [6 SK a1]  
die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen. [6 SK d1]  
grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen. [6 SK f1]

##### Methodenkompetenz (MK):

einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden. [6 MK a2]  
selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen. [6 MK e1]  
Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen. [6 MK f1]

##### Urteilskompetenz (UK):

einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen. [6 UK c1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>Sicherheitsaspekte im Umgang mit dem Waveboard kennen und anwenden</li> <li>(M 6.8.1.)</li> <li>Kreative Auseinandersetzung mit dem Waveboard</li> <li>Stabilisierung der physischen und koordinativen Motorik</li> <li>Verbesserung des Gleichgewichtsgefühls, der Ganzkörperkoordination und der Rumpfstabilisation</li> <li>Verbesserung der räumlichen dynamischen Wahrnehmung im gegenseitigen Rollbetrieb</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kennen lernen des Übungsgerätes</li> <li>Kennen lernen verschiedenen Fahr- und Bremstechniken</li> <li>Spiel- und Übungsformen alleine und in der Kleingruppe</li> <li>Kreative Fahrmöglichkeiten (Raumnutzung) alleine und /oder in der Kleingruppe entwickeln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sicherheits- und Fahrregeln in der Halle</li> <li>Steuertechniken</li> <li>Erste Tricks kennenlernen</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>übliche Somi-Aspekte</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kreative Waveboardfahrkünre präsentieren oder</li> <li>Schnelligkeitstest</li> <li>Slalomtest</li> <li>Tricks präsentieren</li> </ul>

## UV 6.8 Vielfältige Lauf- Sprung- und Wurferfahrungen machen (2) Weiterentwicklung und Vertiefung von Grundfertigkeiten

Bewegungsfeld/Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.-stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>3. Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</b>	A,D	6	20	5.10, 7.5, 9.1, 10.2	18	<ul style="list-style-type: none"> <li>Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>

### **Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):**

grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen. [6 BWK 3.1]

leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitenniveau ausführen. [6 BWK 3.2]

einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfvhaltens durchführen. [6 BWK 3.3]

#### **Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:**

##### **Sachkompetenz (SK)**

wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. [6 SK a2]

die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen. [6 SK d1]

psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen. [6 SK d2]

##### **Methodenkompetenz (MK):**

einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden. [6 MK a2]

einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden. [6 MK d1]

##### **Urteilskompetenz (UK):**

einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen. [6 UK a1]

ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen. [6 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungs- bewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>Erproben unterschiedlicher Sprintstrecken</li> <li>Verbesserung Weitsprung (Koordination Anlauf &amp; Absprung, Schwungeinsatz Armen &amp; Beine)</li> <li>Weitwurf – (Vertiefung Schlagballweitwurftechnik), Sprint &amp; Ausdauerlauf</li> <li>Bewegungsmerkmale erkennen, erfüllen und bei anderen beobachten</li> </ul>	<p>Unterschiedliche Formen des Werfens erproben, Gruppenwurfwettbewerbe etc.</p> <p>Unterschiedliche Sprintstrecken erproben</p> <p>Bewegungsmerkmale &amp; Phasierungen vertiefen</p> <p>Gruppen – &amp; Partnerwettkämpfe</p> <p>Selbständiges Messen der Leistungen fördern</p> <p>Diverse Sprungformen und Wettbewerbe nutzen</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Phasenstruktur von Bewegungen kennen</li> <li>Individuelle Leistungssteigerung</li> <li>Lauf ABC (M6.3.2) % Wurf ABC</li> <li>Weitere Bewegungsmerkmale vertiefen – (Abwurfwinkel, Bogenspannung, Stemmschritt, Anlaufrhythmus, Blick- und Zeigerichtung – M.6.3.4)</li> <li>Tiefstart (Signale)</li> <li>Technik des Hocksprungs beim Weitsprung</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><u>Werfen</u>: Schwungschleife, Stemmschritt, max. Beschleunigungsweg</li> <li><u>Springen</u>: Sprung- und Schwungbein, Hangsprung, Schrittsprung, Bogenspannung</li> <li><u>Laufen</u>: Abdruckbein, Startphase, Atemrhythmus, Fokussierung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>unterrichtsbegleitend:</b> Übungen demonstrieren und beschreiben</li> <li><b>punktuell:</b> BJS Wettkampf Wettkampfsimulation</li> </ul>

## UV 7.1 Sicher für sich und andere - Selbst- und Fremdrettung im Wasser kennen lernen und anwenden

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
4. Bewegen im Wasser - Schwimmen	A, C	7	10	5.7	19	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> <li>Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> </ul>

### Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- und Fremdrettung sachgerecht nutzen. [10 BWK 4.2]

grundlegende Techniken und Fertigkeiten im Wasser (Schwimmen, Tauchen oder Springen) spielerisch oder ästhetisch oder kreativ zur Bewältigung unterschiedlicher Anforderungssituationen im Wasser nutzen. [10 BWK 4.3]

#### Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:

##### Sachkompetenz (SK)

die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben. [10 SK a1]

##### Methodenkompetenz (MK)

Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden. [10 MK c1]

##### Urteilskompetenz (UK)

komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden. [10 UK c1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p><b>Tauchen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>sicheres Orientieren unter Wasser, Überwinden einer Tauchstrecke/Technik Streckentauchen, Sicherheitsmaßnahmen beim Tauchen und Springen, Steuerung von Emotionen</li> </ul> <p><b>Retten:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maßnahmen zur Selbst- und Fremdrettung erproben Gefahren an und im Wasser kennen lernen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Erproben unterschiedlicher Organisationsformen,</li> <li>Ritualisierung von Signalen</li> <li>Spielerische Formen unter Wasser</li> <li>Tunneltauchen, Hindernistauchen Tauchspiele</li> <li>Einsatz verschiedenen Materialien,</li> <li>Partner- und Gruppenübungen,</li> <li>Beobachtungsformen und Sicherungsformen beim Tauchen</li> <li>Einsatz von Materialien beim Lernen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wiederholen elementarer Bade – und Sicherheitsregeln</li> <li>Auftrieb, Absinken, Gleitlage, Wasserwiderstand, Druckausgleich, Zug- und Druckphasen, Beinschlag, Armzug, Gleitphase</li> <li>Atemtechnik beim Tauchen</li> <li>Körperspannung beim Sprung</li> <li>Fuß- und Kopfsprünge, freie Sprünge</li> <li>Kopfsprung und Steuerung</li> <li>Selbst- und Fremdrettungstechniken realistisch benennen und beurteilen können</li> <li>Techniken: Schieben, Ziehen, Selbstrettung</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sicherheitsregeln</li> <li>Zug- und Druckphase</li> <li>Beinschlag, Armzug, Gleitphase</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Einhaltung der Bade und Sicherheits- und Organisationsregeln</li> <li>Unterwasserkontrolle, Körperspannung beim Sprung</li> <li>Beharrlichkeit beim Üben</li> <li>Nutzung der Fachbegriffe</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Baderegeltest</li> </ul>

## UV 7.2 Grundtechniken beim Brust – und Kraulschwimmen weiter verbessern und vertiefen – Selbst- und Fremdrettung im Wasser kennen lernen und anwenden

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.-stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
4. Bewegen im Wasser - Schwimmen	A, D	7	Ca. 22	5,8, 7,1	20	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmmarten einschließlich Start und Wende</li> </ul>

### Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koodinativ höherem Niveau sicher ausführen. [10 BWK 4.1]

#### Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:

##### Sachkompetenz (SK)

für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [10 SK a2]

##### Methodenkompetenz (MK)

unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [10 MK a3]

##### Urteilskompetenz (UK)

Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen. [10 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<b>Techniken:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbessern der beiden vorhandenen Schwimmtechniken individuell durch zahlreiche Übungs- und Trainingsformen</li> <li>• Erlernen des Startsprungs</li> <li>• Erlernen einer Wendetechnik</li> <li>• Erlernen und Verbessern einer neuen Gleit- oder Wechselzugtechnik,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einsatz verschiedenen Materialien,</li> <li>• Partner- und Gruppenübungen,</li> <li>• Beobachtungsformen und Sicherungsformen beim Tauchen</li> <li>• Einsatz von Materialien beim Lernen</li> <li>• Teillernmethode beim Erlernen von Arm- Beinbewegungen</li> <li>• Einsatz von Partnerbeobachtungen. Bildreihen und Korrekturbögen altersgerecht</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Phasenverlauf Grundtechniken benennen und zuordnen</li> <li>• Selbst- und Fremdrettungstechniken realistisch benennen und beurteilen können</li> <li>• Techniken: Schieben, Ziehen, Selbstrettung</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Phasenverläufe</li> <li>• Wechsel- und Gleichzugtechnik</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beharrlichkeit beim Üben</li> <li>• Nutzung der Fachbegriffe</li> <li>• Bereitschaft zur Übernahme von Verantwortung bei der Partnerarbeit</li> <li>• Individueller Lernfortschritt Techniken</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundscheinen Bronze, Silber, Gold erwerben oder auffrischen</li> <li>• Zeitschwimmen</li> </ul>

## UV 7.3 Zweikampfformen im Stand kennen lernen und mit einem Partner anwenden

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV.	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
9. Ringen und Kämpfen, Zweikampfsport	E, C	7	6	5.3	21	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z. B. Haltegriffe und Befreiungen, Falltechniken und kontrolliertes Werfen) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z. B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden. [10 BWK 9.1] in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht u. fair miteinander kämpfen. [10 BWK 9.2]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b> die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern. [10 SK c3] Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern. [10 SK e1] Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedliche Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlichen Handlungen erläutern. [10 SK e2]
<b>Methodenkompetenz (MK)</b> Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren. [10 MK e1]
<b>Urteilskompetenz (UK)</b> das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen. [10 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>Erweitern der Kompetenz im Umgang mit Regeln</li> <li>„So tun als ob“ gehört zum Regelwerk</li> <li>Verbindung zwischen Kampf, Tanz und Spiel</li> <li>Wahrnehmung des Gegenübers als Partner und Mitspieler</li> <li>Geschicklichkeit im Kampf entwickeln</li> <li>Strategien der Kampfführung und Technikwahl entwickeln, erkennen und situativ einsetzen können</li> <li>Sich der Erfahrung einer konzentrierten körperlichen Berührung bewusst werden und Krafteinwirkung auf andere erfahren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Induktive Bewegungsaufgaben zu ausgewählten Kampfsportarten nutzen</li> <li>Problemorientierte Aufgabensituationen nutzen, die sukzessive auf eine komplexe und authentische Kampfsituation vorbereiten</li> <li>Rhythmisierung von Angriffs- und Ausweichbewegungen</li> <li>Handlungsfolgen im Takt und aus dem Takt durchführen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zweikampfformen mit direktem Körperkontakt (z.B. Boxen, Judo)</li> <li>Zweikampfformen ohne direkten Körperkontakt (z.B. Capoeira, Taekwondo, Tajiquan)</li> <li>Zweikampfformen mit Gerät (z.B. Kendo)</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Begrüßung</li> <li>Halte- und Klammergriffe</li> <li>Schläge und Tritte</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Einhaltung und Beachtung der Regelvereinbarungen</li> <li>Optimierung nachgestellter Zweikampfszenen in exemplarisch ausgewählten Sequenzen</li> </ul> <b>punktuell:</b> Demonstrationen von Kampftechniken und -sequenzen

## UV 7.4 Weiterentwicklung und Vertiefung der technisch-taktischen Grundlagen im Handball

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV.	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
7. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	E	7	14	6.3	22	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>

### Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [10 BWK 7.2]

#### Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:

##### Sachkompetenz (SK)

Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern. [10 SK e1]

Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedliche Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlichen Handlungen erläutern. [10 SK e2]

##### Methodenkompetenz (MK)

Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren. [10 MK e1]

##### Urteilskompetenz (UK)

das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen. [10 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erweiterung der Regelkompetenzen</li> <li>• Bisher Gekonntes aus dem Spielen im Kleinfeldhandball wiederholen und Festigen</li> <li>• Vertiefung der Technik „Sprungwurf“</li> <li>• Taktisches Verhalten beim Umschalten von Angriff auf Verteidigung ausprägen</li> <li>• Spielen im 6:6 mit Grundaufstellung (beginnende Spezialisierung durch Außen, Kreisläufer, Rückraum)</li> <li>• Angriffstaktische Maßnahmen, z.B. Kreuzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Festigen der Grundtechniken Passen, Fangen und Dribbling</li> <li>• Festigung des Sprungwurfes</li> <li>• Defensive Grundidee immer wieder einbauen (Umschaltverhalten)</li> <li>• Spiel- und Übungsformen zum sicheren, schnellen und situationsgerechten Passen</li> <li>• Diverse Torwurfspiel- und Übungsformen nutzen</li> <li>• Beginnende Spezialisierung einfordern</li> </ul>	<p><b>Reflektiere Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regelerweiterungen festlegen: 3-Schritte- und 3-Sekunden-Regel, Fouls, Strafminuten und Verstöße</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielerpositionen: Außen, Kreisläufer, Rückraum</li> <li>• Schnelle Mitte</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einsatz- und Leistungsbereitschaft</li> <li>• Allg. Spielfähigkeit</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniktest Sprungwurf</li> <li>• Überprüfung angriffstaktischer Maßnahmen, z.B. Torwurf nach Kreuzen im 2:1 oder 3:2</li> </ul>

## UV 7.5 Ausdauerndes Laufen in vielen Formen gezielt verbessern

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>3. Laufen Springen, Werfen, Leichtathletik</b>	D, F	7	14	5.10, 6.8, 9.7	23	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> <li>• Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>

### Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen. [10 BWK 3.4]

#### Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:

##### Sachkompetenz (SK)

grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben. [10 SK d1]  
ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern. [10 SK d2]  
Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben. [10 SK f1]

##### Methodenkompetenz (MK)

einen individual. Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen. [10 MK d1]  
Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren. [10 MK f2]

##### Urteilskompetenz (UK)

die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen. [10 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
----------------------------	----------------------------	---	--------------------

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielerische Koordinationsschulung</li> <li>• Laufen auf verschiedenen Untergründen / in verschiedenen Geländeformen ( Wald/Feld, Sportplatz, Halle bergig, flach, über Hindernisse)</li> <li>• kennenlernen.</li> <li>• Unterschiedliche Anforderungen hinsichtlich Tempo-, Zeit-, und Rhythmusgefühl</li> <li>• Kurz-, Mittel-, und Langzeitausdauerbelastungen erleben</li> <li>• Arbeiten mit einem Lauftagebuch zur nachhaltigen Motivations- und Reflexionsschulung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Staffel ( Zeitungslauf, Puzzellauf, Bingostaffel, Streichstaffel, Slalom, 6 Tage Rennen, Die Post kommt etc.</li> <li>• Tempo gleichmäßig oder kontrolliert verändern, Schrittfrequenz variieren, Fersenlauf, Ballenlauf etc.</li> <li>• Laufen mit diversen Richtungsänderungen und ihren Spielvarianten</li> <li>• Zeitschätzläufe</li> <li>• Biathlonstaffeln</li> <li>• Einsatz unterschiedlicher Materialien (Bälle, Staffelstäbe, Karten etc.)</li> <li>• Erproben unterschiedlicher Organisationsformen</li> <li>• Selbständiges Üben und Trainieren fördern</li> <li>• Lauftagebuch zur Trainingsdokumentation (M7.1.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Effiziente Koordination von Armen und Beinen</li> <li>• Geschwindigkeitssteuerung</li> <li>• Geländeangepasstes Laufen</li> <li>• Richtiges Schuhwerk und wetterangepasste Sportbekleidung</li> <li>• Individueller Laufplan</li> <li>• Körperreaktionen beim schnellen ausdauernden Laufen kennen</li> <li>• Gründe für Laufausdauertraining kennen (mögliches Referat für Langzeitverletzte)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lauftempo</li> <li>• Atemtechnik</li> <li>• Lauftagebuch</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tagebuch zur Zielsetzung, Eigenreflexion und Bewertung "Lauftagebuch" mit 50%-Anteil an der Teilnote (M 7.1.)</li> <li>• SuS können sich unterschiedlichen Böden und Geländeformationen anpassen</li> <li>• SuS können das Lauf ABC ausführen</li> <li>• SuS können ihre Ausdauerleistungsfähigkeit einschätzen und der individuellen Laufgeschwindigkeit anpassen</li> <li>• Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Üben und Trainieren zeigen</li> </ul> <p><b>Punktuell (M7.1.):</b></p> <p>60 Minuten-Herbstlauf mit 50% der Teilnote</p>
---	--	---	---

## UV 7.6 Springen, Sprünge, Landen – das turnerische Springen erweitern und gezielt verbessern an unterschiedlichen Gerätearrangements.

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>5. Bewegen an Geräten - Turnen</b>	A, C	7	12	5.11, 7.3	24	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> </ul>

### Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren. [10 BWK 5.1]

turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen. [10 BWK 5.3]

#### Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:

##### Sachkompetenz (SK)

unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern. [10 SK c1]

emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben. [10 SK c2]

##### Methodenkompetenz (MK)

unterschiedliche Hilfen (Feed-back, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [10 MK a3]

Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern. [10 MK c2]

##### Urteilskompetenz (UK)

komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden. [10 UK c1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Neuorganisation von Bewegungskoordinationen wegen Gestaltswandel</li> <li>• Gekonntes Festigen und Beherrschtes vielfältig anwenden</li> <li>• Gestalterische Ausein- setzung mit Sprungarrangements und Sprungkombinationen anbieten in der Gruppe</li> <li>• Vielfältige Sprungvariationen</li> <li>• und Sprungerfahrungen normgebunden und normoffen (Vorbereitung Le Parkour) anbieten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufhocken auf diversen Kastenformen mit und ohne anschließenden Strecksprung</li> <li>• Hockwende Querkasten</li> <li>• Hockstützhüpfen in der Bankgasse</li> <li>• Grätsche über Böcke mit Absprungerhöhung oder ohne</li> <li>• Auf- und Absprungtechniken am Reuterbrett und am Minitrampolin üben</li> <li>• Flanken über Querkasten unterschiedlicher Höhen</li> <li>• Grätsche über Längskasten</li> <li>• Wenden, Flanken und Kehrarrangements entwickeln in der Gruppe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• turnerische Fachbegriffe erweitern</li> <li>• Sicherheitsaspekte und Helfergriffe kennen</li> <li>• Situative Nutzung von Sprungbrett und Minitramp fachlich kennen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Timing</li> <li>• Sprung-, Stützphase-, Flug- und Landephase</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auf-Abbauhilfe</li> <li>• Individuellen Lernmotivation und Risikobereitschaft</li> <li>• Breitschaft zum Helfen und Sichern</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprungüberprüfungen mit differenzierten Anforderungen</li> <li>• Ggf. Durchhocken am längsgestellten Kasten</li> </ul>

## UV 7.7 Mit- und gegeneinander - Technisch-taktische Grundfertigkeiten im Badminton.

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.-stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
7. Spielen in und mit Regelstrukturen	A, E	7	14	5.9, 9.3	25	<ul style="list-style-type: none"> <li>Partnerspiele (Badminton, Tennis o. Tischtennis)</li> </ul>

### Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen. [10 BWK 7.1]

#### Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:

##### Sachkompetenz (SK)

die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben. [10 SK a1]  
 Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern. [10 SK e1]  
 Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedliche Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlichen Handlungen erläutern. [10 SK e2]

##### Methodenkompetenz (MK)

analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motor. Lern- u. Übungsprozesse zielorientiert einsetzen. [10 MK a2]  
 einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden. [10 MK e2]

##### Urteilskompetenz (UK)

den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen. [10 UK a2]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>Gezieltes Einführen und Üben von ersten technischen Grundfertigkeiten und taktischen Grundfähigkeiten</li> <li>Realistisches Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit für einen Teilnahme am gelingenden Spiel</li> <li>Bildung unterschiedliche Leistungsgruppen</li> <li>Reduzierte Regelabsprachen treffen</li> <li>Grundlegende Handlungsmuster vermitteln</li> <li>Zielgerichtetes Üben fördern</li> <li>Selbständiges Organisieren von Spiel- und Übungsgelegenheiten fördern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vielfältige Ball-Schläger-Gewöhnungsübungen im Aufwärmen einbauen</li> <li>badmintonspezifische Schlägerhaltung und schlagspezifische Grundstellung vermitteln</li> <li>Spielgedanke Gegner statt Partner herausarbeiten</li> <li>Aufschlagformen für spielgerechte Eröffnung einführen</li> <li>Überkopfvorhandschlag einführen – Treibballspiele</li> <li>Unterhandschläge Vorhand- Rückhand in Spiel- und Übungsformen</li> <li>Positionierung beim Spielen mit dem Partner auf halbem Feld</li> <li>Wechselformen in der Mehrspielergruppe nutzen</li> <li>Selbständiger Auf- und Abbau des Spielfeldes</li> <li>Aufschlag kurz und lang und Drop</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schlägerhaltung</li> <li>Regelgerechter Aufschlag</li> <li>Flugeigenschaften des Balles und Treffpunktproblematik kennen</li> <li>Grundschnitte beschreiben</li> <li>Erstes Regelwissen</li> <li>Raumausnutzungsaspekte taktisch kennen</li> <li>badmintonspezifische Fußstellung</li> <li>Grundstellung und ZP</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>shake-hand-Haltung</li> <li>kurze und lange Bälle</li> <li>Überkopfschläge</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ev. Badminton Spiel- und Sportabzeichen erspielen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>diverse Zuspielformen überprüfen</li> <li>Demonstrieren von Schlagformen</li> <li>Positionieren/Verhalten auf dem Feld</li> <li>Kenntnisse der regeln und Spielfeldmarkierungen</li> </ul>

## UV 8.1 Springen, Sprünge, Landen – das turnerische Springen erweitern mit Hilfe des Minitrampolins

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
5. Bewegungen an Geräten - Turnen	A, C, D	8	12	5.6, 7.3, 9.6	26	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen</li> <li>• Akrobatik</li> </ul>

### Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren. [10 BWK 5.1]  
eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren. [10 BWK 5.2]

#### Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:

##### Sachkompetenz (SK)

für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [10 SK a2]

##### Methodenkompetenz (MK)

analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motor. Lern- u. Übungsprozesse zielorientiert einsetzen. [10 MK a2]

##### Urteilskompetenz (UK)

den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen. [10 UK a2]  
die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen. [10 UK d1]

**Medienkompetenz:** 1.2. Digitale Werkzeuge

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gekonntes festigen und Beherrschtes vielfältig anwenden</li> <li>• Körperkontrolle beim Springen festigen</li> <li>• Nachgebendes und achsengerechtes Landen verbessern</li> <li>• Elementare Kompetenzen im Helfen, Sichern und Beobachten/Korrigieren verbessern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportspezifisches Aufwärmen anwenden</li> <li>• Selbständiger Geräteauf- und Abbau</li> <li>• Von offenen Überwindungstechniken zu normierten Sprungtechniken führen</li> <li>• Bewegungskorrektur an ausgewählten Beispielen</li> <li>• Vielfältige turnerische Sprungarrangements differenziert anbieten</li> <li>• Systematisch in das Springen mit dem Minitrampolin einführen</li> <li>• Differenzierte Übungsarrangements zwischen Mintrampolin und Kasten anbieten</li> <li>• Von einfachen Sprungfertigkeiten zu komplexeren oder auch gestalterischen Sprungarrangements steigern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprungimpulse und Körperspannung</li> <li>• Absprung und Körperschwerpunktverhalten</li> <li>• Kopfsteuerung beim Springen</li> <li>• Sicherheitsaspekte beim Landen und Helfen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anlauf und Eintauchphase</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einsatz- und Leistungsbereitschaft</li> <li>• Partnersprünge</li> <li>• Parallelsprünge</li> <li>• Hocksprung</li> <li>• Grätschwinkelsprung</li> <li>• Strecksprung mit ½ und ganzer Drehung</li> <li>• Evtl. Bücke</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheitsaspekte beim Springen mit dem Minitrampolin beachten</li> </ul>	<p><b>Medienkompetenz 1.2.:</b> Die Schüler nutzen die Software Coach´s eye zur Videoanalyse, um die Synchronität der Partnersprünge zu verbessern. Dabei setzen sie diese Funktionen ein:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Slowmotionfunktionen</li> <li>○ Compare-Funktion</li> <li>○ In-Bild-Einzeichnungen (Winkel, Fokus, Linien)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperspannung</li> <li>• Kopfsteuerung</li> <li>• Synchronität</li> </ul>	<p><b>punktuell:</b></p> <p>Sprungvarianten nach Schwierigkeitsstufen überprüfen</p>
---	---	---	--

## UV 8.2 Grundlagen für Rückschlagspiele schaffen – vielfältiges Erlernen, Üben und Anwenden und Erweitern im Tischtennis

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>7. Spielen in und mit Regelstrukturen- Sportspiele</b>	A, E	8	14	5.9	27	<ul style="list-style-type: none"> <li>Partnerspiele (Badminton, Tennis o. Tischtennis)</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [10 BWK 7.2]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b> für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [10 SK a2] Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampferhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern. [10 SK e1]
<b>Methodenkompetenz (MK)</b> unterschiedliche Hilfen (Feed- back, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [10 MK a3] in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. [10 MK e3]
<b>Urteilskompetenz (UK)</b> Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen. [10 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>Selbständiger und eigenverantwortlicher Auf- und Abbau der Übungsstätte nach Erstanleitung</li> <li>Sicherer Regelkennetnisse</li> <li>Hinführung zum Doppelspiel (Spieleturnier)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wiederholung und Vertiefung der ersten Grundschnitte</li> <li>Spielerische Anwendung der Schnitte in diversen Spiel- und Übungsformen</li> <li>Vorbereitung auf das anstehende Spieleturnier im Doppel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Griffhaltungen</li> <li>Vorhand/Rückhand Unterscheidung/Beschreibung</li> <li>Angaben beschreiben</li> <li>Grundstellung an der Platte</li> <li>weitere Regelkunde</li> <li>Schiedsrichteraufgabe beim Spielefest übernehmen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Schlägerblatthaltung, Balltreffpunkt und Ballrotation</li> <li>parallele und diagonale Bälle</li> <li>"Kapitänsgruß" beim Aufschlag</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Aufbau der Übungsstätte</li> <li>Sicherheitsaspekte + Organisationsformen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Punktuelle Schlagfolgen</li> <li>Spielbeobachtung 1:1 (Beobachtungsbogen)</li> </ul>

## UV 8.3 Weiterentwicklung der technisch-taktischen Grundlagen im Basketballspiel

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>7.Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>	A, E	8	14	5.8	28	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>

### Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]

#### Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:

##### Sachkompetenz (SK)

für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [10 SK a2]  
Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern. [10 SK e1]

##### Methodenkompetenz (MK)

in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. [10 MK e3]

##### Urteilskompetenz (UK)

Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen. [10 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erweiterung der Regelkompetenzen</li> <li>• Bisher Gekonntes aus dem Spielen in Kleingruppen bis 3-3 wiederholen und Festigen</li> <li>• Grundsätze von Freilaufen und Anbieten vertiefen</li> <li>• Taktisches Verhalten beim Umschalten von Angriff auf Verteidigung ausprägen</li> <li>• Spielen im 5-5 mit Grundaufstellung (beginnende Spezialisierung durch Aufbauspieler, Flügel, Center)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Festigen der Grundtechniken im Passen, Fangen aus dem Dribbling</li> <li>• Festigen von Korbleger und Sprungwurf</li> <li>• Defensive Grundidee immer wieder einbauen (zuerst den Korb beschützen, dann eigenen Gegner finden)</li> <li>• Spiel- und Übungsformen zum sicheren, schnellen und situationsgerechten Passen</li> <li>• Diverse Korbwurfspiel- und Übungsformen nutzen</li> <li>• Differenzierte Spielformen für Mädchen und Jungen leistungshomogen nutzen</li> <li>• Beginnende Spezialisierung einfordern</li> </ul>	<p>Regelerweiterungen festlegen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rückspielregel, 3-Sekunden-Regel, Foulregel ausschärfen (Blocken des Balls erlaubt, bestimmter Körperkontakt zulässig), Spielstart mit Sprungball</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Positionen: Aufbau, Flügel, Center</li> <li>• Rebound, Außenspieler besetzen, Pass zum Aufbau</li> <li>• Fachbegriffe Kleingruppe: Transition/ Umschaltspiel, Mann-Mann-Verteidigung</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b> Spielnote (erfassen der Spielsituation und Grundlagen des Umschalt- und Positionsspiels)</p> <p><b>punktuell: Grundfertigkeitstests:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Korbleger beidseitig</li> <li>• Sprungwürfe</li> </ul>

## UV 8.4 Nur gemeinsam sind wir stark - Das Strategiespiel zur Verbesserung der athletischen und sozialen Fähigkeiten

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</b>	E	8	4	5.1, 5.2, 9.4	29	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>

### Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen. [10 BWK 2.1]

### Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:

#### Sachkompetenz (SK)

Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern. [10 SK e1]

#### Methodenkompetenz (MK)

in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. [10 MK e3]

#### Urteilskompetenz (UK)

das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen. [10 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Das schuleigene Strategiespiel kennen lernen</li> <li>• eigene Taktiken in Kleingruppen erprobenden und gemeinsam Angriffe einleiten und abwehren lernen</li> <li>• ein Team für einen Wettkampf bilden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vielfältige Übungsformen aus dem Bereich der Fangspiele nutzen</li> <li>• Durch die Spielmethode eine schnelle und breite Spielfähigkeit entwickeln</li> <li>• Auszeiten und Teamabsprachen ermöglichen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regelkatalog erklären und durch das erprobende Spielen scharf anwenden</li> <li>• Fair Play durch das eigenverantwortliche Schiedsrichtern von Schülern</li> <li>• eigene Lösungen bei Unklarheiten finden lassen und dann verbindlich setzen</li> <li>• selbstständig als Schiedsrichter Regeln einfordern (Spielefest), M 8.4</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eigenständiges Schiedsrichtern</li> <li>• Nester, Wechselregeln</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einsatzbereitschaft zum Angriff und Verteidigen</li> <li>• Absprachen und strategische Entscheidung belohnen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schiedsrichterleistungen</li> <li>• Spieleinsatz beim Mittelstufenturnier (M 8.4)</li> </ul>

## UV 8.5 Step- Aerobic – eine in Gruppen erarbeitete Choreographie präsentieren und kriteriengeleitet bewerten.

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche  Inhaltliche Kerne
<b>6. Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gymnastik/Tanz; Bewegungskünste</b>	<b>B</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>5.7, 6.4, 10.5</b>	<b>30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)</li> <li>Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> </ul>

### Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):** eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (Ball, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren. [10 BWK 6.1]  
eine selbstständig um- und neugestaltete künstlerische Bewegungskomposition aus einem ausgewählten Bereich (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage) allein oder in der Gruppe präsentieren. [10 BWK 6.3]

### Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:

#### Sachkompetenz (SK)

ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen. [10 SK b1]  
das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumbenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben. [10 SK b2]

#### Methodenkompetenz (MK)

Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten. [10 MK b2]  
kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden. [10 MK b3]

#### Urteilskompetenz (UK)

die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen. [10 UK b1]  
gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen. [10 UK b2]

#### Medienkompetenz: 4.4 Rechtliche Grundlagen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungs- bewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>Vielfältige Grundschritte &amp; Ausgangspositionen erarbeiten</li> <li>Erprobung unterschiedlicher Armarbeitsmuster</li> <li>Selbstbestimmtes und selbstorganisiertes Lernen erfahren und ausprobieren</li> <li>Erarbeitung einer Basischoreographie als Ausgangsgrundlage für individuelle Schwerpunktsetzungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Experimentelle Startphase mit Gewöhnung ans Gerät und Grundrepertoire an Schritten und einigen Armbewegungen</li> <li>Erarbeitung einer Basischoreographie</li> <li>Kriterienentwicklung für eine eigene Gruppenchoreographie</li> <li>Variation der Grundtechniken, eigenständige Entwicklung neuer Schritte und selbständige Erweiterung und Veränderung der Bewegungsmerkmale und Ausführungskriterien und Aufstellungsformen</li> <li>Feinarbeit an der eigenen Choreographie und Vorbereitung der Präsentation</li> </ul> <p><i>Medienkompetenz 4.4: Bezugnehmend auf die Thematisierung in der Jahrgangsstufe 6 wird das Thema Recht am eigenen Bild erneut mit den Schülern erörtert. Es wird ebenfalls mit der Gruppe ein entsprechender</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schrittbezeichnungen kennen</li> <li>Rhythmusanpassungsstrategien erfahren</li> <li>Ausführungs- und Gestaltungskriterien kennen</li> <li>Bewertungskriterien benennen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p>	<p><b>begleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bereitschaft neue Bewegungen kreativ zu erprobenden</li> <li>Einsatz in der Gruppe</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Präsentation der Gruppenchoreographien unter</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kriteriengeleitete Variation der Basischoreographie in der Kleingruppe</li> <li>• Lernaufgabensetzung für Feinarbeit vor Präsentation</li> </ul>	<i>Umgang mit Bildmaterial vereinbart. Anschließend nutzen die Schülerinnen und Schüler eigene Geräte oder die der Schule, um ihre Fortschritte in der Gruppenarbeit zum Thema Step Aerobic zu überprüfen und zu dokumentieren. Abschließend wird der Umgang mit dem Bildmaterial vor dem Hintergrund der Vereinbarung kritisch überprüft.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungs- und Gestaltungs-kriterium</li> </ul>	spezifischer Mitbeteiligung am Bewertungsprozess
---	--	--	--

## UV 8.6 Vielfältiges Erlernen, Üben und Anwenden von Grundfertigkeiten im Volleyball

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>7. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>	<b>A</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	<b>6.2, 9.2</b>	<b>31</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen. [10 BWK 7.1]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b> für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [10 SK a2] Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern. [10 SK e1]
<b>Methodenkompetenz (MK)</b> unterschiedliche Hilfen (Feed- back, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [10 MK a3]
<b>Urteilskompetenz (UK)</b> den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportl. Bewegungen kriteriengeleitet bewerten. [10 UK a3]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Von Vor-Formen zum Volleyball</li> <li>• Hinführung zu Grobformen von oberem Zuspiel, unterem Zuspiel und Aufschlag von unten oder Anwurf</li> <li>• Kleinfeldvolleyball unter Ausnutzung offener reduzierter Regeln zur Förderung eines gewissen Spielflusses (Reivoband und Hallendrittel längsgespannt)</li> <li>• Spielidee vermitteln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vielfältige Volleyballgewöhnungsübungen anbieten</li> <li>• Offenen Technikprofile und -begriff zunächst nutzen und schrittweise Rückführung zum Technikleitbild</li> <li>• Spielgemäße Vorformen von „Ball- im - Spiel –halte-Spielformen“</li> <li>• evtl. Vielkontaktzulassung anfangs in Spiel- und Übungsformen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Unteres- und oberes Zuspiel</li> <li>• Aufschlagformen von unten</li> <li>• Regelreduktionsvereinbarungen</li> <li>• Spiel 3:3, Rotationsregeln</li> <li>• Zählweise im Volleyball</li> </ul> <b>Fachbegriffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Angabe</li> <li>• Unteres- und oberes Zuspiel, Steller</li> <li>• Wechselrichtung</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> Einsatz- und Leistungsbereitschaft Allg. Spielverständnis <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Balltechnik – Test oberes und unteres Zuspiel</li> <li>• Aufschlagzonentreffen</li> <li>• Spielbewertung 3:3</li> </ul>

## UV 8.7 Das Fahrrad mit Freude und Beherrschung – Sicher fahren mit dem Fahrrad

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV.	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>8. Gleiten, Fahren, Rollen</b>	A	8	12	6.7	32	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee</li> </ul>

### **Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):**

sich in komplexen Anforderungssituationen unter Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen. [10 BWK 8.1]  
gerätspezifische, technisch-koordinativen Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetisch, gestalterisch, spielerisch oder wettkampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren. [10 BWK 8.2]

#### **Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:**

##### **Sachkompetenz (SK)**

für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [10 SK a2]

##### **Methodenkompetenz (MK)**

grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportl. Bewegungen anwenden. [10 MK a1]

Unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [10 MK a3]

##### **Urteilskompetenz (UK)**

Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen. [10 UK a1]

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Koordinative Fähigkeiten schulen (Gleichgewichtsfähigkeit, Reaktionsfähigkeit und Umstellungsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit)</li> <li>• SuS planen eigenverantwortlich sichere Radrouten in Absprache mit der Lehrkraft</li> <li>• Aufbau sozialer Verantwortung fördern und Verkehrserziehung</li> <li>• Sicherheit der eigenen Bewegung und Sicherheit einer Situation einschätzen lernen</li> <li>• situationsgerechtes Verhalten einschätzen und anwenden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fahrparcours</li> <li>• Spiele und spielerische Übungen</li> <li>• Einbezug koordinativer Fähigkeiten</li> <li>• Schüler planen für die Gruppe Touren</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Realistische Selbsteinschätzung fördern (eigene Leistung, Gruppe)</li> <li>• Verantwortung als Teilnehmer im Straßenverkehr bewusst machen</li> <li>• Bedeutung koordinativer Fähigkeiten und damit des sicheren Fahrens mit dem Rad bewusst machen</li> <li>• Körperbewusstsein aufbauen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bremstechniken</li> <li>• Koordinative Fähigkeiten</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Verbesserung koordinativer Fähigkeiten</li> <li>• Verantwortung Streckenplanung</li> <li>• Mündliche Mitarbeit</li> </ul> <p><b>punktuell:</b> Abschlussparcours bewertet nach Zeit und technischen Aspekten</p>

## UV 9.1 Leichtathletik nicht nur für Einzelkämpfer – Kooperation und Absprachen als Leistungsfaktor am Beispiel des Sprint- Staffellaufes.

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg. - Stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
3. Laufen, Springen, Werfen, - Leichtathletik	D	9	Ca. 10	6.8	33	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> </ul>

### Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-kordinativen Fertigkeiteniveau ausführen. [10 BWK 3.1]

einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen. [10 BWK 3.3]

#### Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:

##### Sachkompetenz (SK)

ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern. [10 SK d2]

##### Methodenkompetenz (MK)

einen individual. Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen. [10 MK d1]

##### Urteilskompetenz (UK)

den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportl. Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren. [10 UK d2]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Teamsprintformen kennen und anwenden</p> <p>Staffelteams kooperativ bilden und in den einzelnen Teams die jeweiligen Staffelpositionen und Übergabetechniken üben und trainieren</p>	<p>Hochstarttechniken auf Geraden und in Kurven üben</p> <p>Staffelübergabe formen kennen und anwenden</p> <p>Beschleunigungsanpassungsläufe zwischen ankommenden und annehmenden Läufer verstehen und üben können</p> <p>In der Lerngruppe leistungshomogene oder heterogene Staffelteams bilden und Staffelbesetzungen und Übergabetechniken üben und vergleichen lassen.</p> <p>Staffellaufstreckenspezifika erkennen und für die Staffelteams nutzen</p>	<p>Wechselzonen und Wechselablauftechniken kennen</p> <p>Beschleunigungsanpassungen zwischen ankommenden und ablaufenden Sprinter verstehen</p> <p>Laufstreckenmerkmale verstehen und in Teambildungen umsetzen können.</p> <p>Sich begründet für eine individuell optimale Übergabetechnik entscheiden.</p> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wechselzone</li> <li>• Wechseltechnik</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <p>Leistungsbewertschaft</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Abnahme der individuellen Laufzeit über 100m-Zeit</p> <p>Abnahme der kooperativen Laufzeit über 4x100m-Staffel – (Bewertung der Relation 'Summe der Einzelleistungen' zu 'Summe der Gesamtleistungen')</p>

## UV 9.2 Erweiterung der technisch-taktischen Grundfertigkeiten im Volleyballspiel.

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche  Inhaltliche Kerne
<b>7. Spielen in und mit Regelstrukturen</b>	<b>D, E</b>	<b>9</b>	<b>14</b>	<b>6.2, 8.6</b>	<b>34</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [10 BWK 7.2]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b> Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedliche Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlichen Handlungen erläutern. [10 SK e2]
<b>Methodenkompetenz (MK)</b> einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden. [10 MK e2] in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. [10 MK e3]
<b>Urteilskompetenz (UK)</b> den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportl. Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren. [10 UK d2]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prinzip des vielfältigen Wiederholens und Festigens bisheriger Grundtechniken nutzen</li> <li>• Verfeinerung von oberem Zuspiel, unterem Zuspiel und Aufschlag von unten oder Anwurf –</li> <li>• Kleinfeldvolleyball unter Ausnutzung offener reduzierter Regeln zur Förderung eines gewissen Spielflusses</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vielfältige Volleyball-gewöhnungsübungen wiederholen</li> <li>• mit offenen Lösungen beginnen, um zum Technikleitbild zu gelangen</li> <li>• Spielgemäße Vorformen von „Ball- im -Spiel –halten“ wiederholen und schrittweise Hinführung zum Volleyball mit angepasster Regelreduktion</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oberes und unteres Zuspiel</li> <li>• Aufschlagformen</li> <li>• Regelreduktionsvereinbarungen</li> <li>• Regelerweiterungsverständnis, eigenständiges Schiedsrichtern beim Mittelstufenfest (M9.2)</li> <li>• Spiel 6:6</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufschlag von unten</li> <li>• Aufstellung</li> </ul>	<p><b>begleitend</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• techniktrees volley Spielen in allen Spielformen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Balltechnik – oberes und unteres Zuspiel aus der Bewegung</li> <li>• Spiel 6:6</li> <li>- Positionstreue</li> <li>- Verschiebung im Raum</li> </ul>

<p>(Reivoband und Hallendrittel längsgespannt)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situative Hinführung zum Originalvolleyballspiel mit Regelreduktionen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entwicklung von Grundaufstellungsformen und ersten taktischen Teilvariationen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 Mal spielen</li> <li>• Angriffsschlag</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- gezieltes Spielen in freie Räume des Gegners</li> <li>• Schiedsrichtern (M9.2)</li> </ul>
--	---	---	--

## UV 9.3 Erweiterung der technisch-taktischen Grundfertigkeiten im Badminton

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche  Inhaltliche Kerne
<b>7. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>	A, E	9	12	7.7, 10.1	35	<ul style="list-style-type: none"> <li>Partnerspiele (Badminton, Tennis o. Tischtennis)</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [10 BWK 7.2]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b> Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedliche Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlichen Handlungen erläutern. [10 SK e2]
<b>Methodenkompetenz (MK)</b> einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden. [10 MK e2] in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. [10 MK e3]
<b>Urteilskompetenz (UK)</b> den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportl. Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren. [10 UK d2]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>Gezieltes Wiederholen und festigendes Üben von ersten technischen Grundfertigkeiten und taktischen Grundfähigkeiten aus der Stufe 7</li> <li>Reduzierte Regelabsprachen treffen</li> <li>Grundlegende taktische Handlungsmuster vermitteln</li> <li>Zielgerichtetes Üben fördern</li> <li>Selbständiges Organisieren von Spiel- und Übungsgelegenheiten fördern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>badmintonspezifische Schlägerhaltung und schlagspezifische Grundstellung wiederholen</li> <li>Spielgedanke Gegner statt Partner weiter festigen</li> <li>Aufschlagformen für spielgerechte Eröffnung verbessern</li> <li>Überkopfvorhandschlag festigen – Treibballspiele</li> <li>Unterhandschläge und Vorhand- Rückhand in Spiel- und Übungsformen wiederholen</li> <li>Raumnutzung beim Spielen mit dem Partner auf halbem Feld</li> <li>Smash einführen</li> </ul>	<p><b>Wiederholungen von:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Schlägerhaltung</li> <li>Regelgerechter Aufschlag</li> <li>Flugeigenschaften des Balles und Treffpunktproblematik kennen</li> <li>Grundschnitte beschreiben können</li> <li>Regelwissen für Einzel und Doppel</li> <li>Raumausnutzungsaspekte taktisch kennen</li> <li>badmintonspezifische Fußstellung: Grundstellung und ZP</li> </ul> <p><b>Erweiterung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Einzeltaktische Grundprinzipien</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>nachhaltiges Anwenden der Techniken und Taktiken in Spielsituationen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>erlernte Techniken in einer Komplexübung überprüfen</li> <li>Bewertung im freien Spiel unter besonderer Berücksichtigung der</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erweitern des technischen Handlungsrepertoires durch Einführung weiterer Schlagtechniken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hinführen zum Doppel (Spielefest)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schlägerhaltung; Treffpunkt</li> <li>• Clear, Drop, Angriffsschlag, kurze Bälle</li> </ul>	taktischen Raumausnutzung
--	---	---	---------------------------

## UV 9.4 Das Strategiespiel festigen und eigenständig weiterentwickeln

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.-stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</b>	E	9	5	5.1, 5.2, 8.4	36	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiele aus anderen Kulturen</li> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> ernföhrliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen. [10 BWK 2.1] eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen. [10 BWK 2.2]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b> Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern. [10 SK e1]
<b>Methodenkompetenz (MK)</b> Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren. [10 MK e1]
<b>Urteilskompetenz (UK)</b> das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen. [10 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Das schuleigene Strategiespiel aktivieren und vertiefen</li> <li>• eigene Taktiken in Kleingruppen erprobenden und gemeinsam Angriffe absprechen</li> <li>• ein Team für einen Wettkampf bilden</li> <li>• Das Strategiespiel für die Lerngruppe kreativ weiterentwickeln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mit dem bereits bekannten Strategiespiel einsteigen</li> <li>• Auszeiten und Teamabsprachen für Strategieabsprachen ermöglichen</li> <li>• Kriterien für eine Weiterentwicklung absprechen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regelkatalog erklären und durch das erprobende Spielen scharf anwenden</li> <li>• Fair Play durch das eigenverantwortliche Schiedsrichtern von Schülern</li> <li>• Kriterien für Spielvariationen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• räumliche, zeitliche Kriterien</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einsatzbereitschaft zum Angriff und Verteidigen</li> <li>• Absprachen und strategische Entscheidung belohnen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spieleinsatz beim Mittelstufenturnier (M 8.4)</li> </ul>

## 9.5 Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? Seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings - auch im Krafraum - kennen und anwenden

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	D, F	9	12	7.1, 7.5, 9.7	37	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen. [10 BWK 1.1] ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen. [10 BWK 1.3]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b> grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben. [10 SK d1] ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern. [10 SK d2] koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen. [10 SK d3] Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben. [10 SK f1]
<b>Methodenkompetenz (MK)</b> einen individual. Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen. [10 MK d1] sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren. [10 MK d2]
<b>Urteilskompetenz (UK)</b> gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen. [10 UK f1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kritische Auseinandersetzung mit der Bedeutung und dem Aufbau von Fitness und ihrer Definition</li> <li>• Belastungen dosieren und einschätzen lernen</li> <li>• Differenzierte Körperwahrnehmung entwickeln- wie ist es um meine Muskulatur und die Fitness allgemein bestellt?</li> <li>• Die eigenen Kraft- und Fitnessfähigkeiten erproben und verbessern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• (Muskel-)Funktionstests zu Beginn und am Ende</li> <li>• Kombination mit funktionalen Dehnübungen für entsprechende Muskulatur</li> <li>• Funktionen der Grundlagenmuskulatur kennen lernen/erarbeiten</li> <li>• Defizitorientiertes individuelles (Krafrainings-)Programm zusammenstellen und verschriftlichen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorteile eines regelmäßigen Fitness- und Krafttrainings kennen lernen</li> <li>• Gesundheitsorientierte Fitness-Krafrainingsprinzipien kennen</li> <li>• Allg. Basiswissen über Training kennen (M.9.1)</li> <li>• Zusammenhänge zwischen Mangel an Bewegung/Krafraining und Inaktivitätsatrophie erkennen</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fitness- oder Krafrittest praktisch mit ausgewählten Testformen</li> <li>• Überblick Muskelsystem</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fitness- oder Krafrittest - Theorie nach lerngruppen-</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Funktionsfähigkeit der Fitness mit Hilfe eines Muskelfunktionstest z.B. zur Kraft feststellen.</li> <li>• Gesundheitsorientiertes individualisiertes (Krafttrainings-)Programm entwickeln und über einen begrenzten Zeitraum anwenden</li> <li>• Mindestausprägung aller konditioneller Fähigkeiten als notwendige Grundlage erkennen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Krafttrainingsübungen und -möglichkeiten auf der Calisthenics-anlage, im Krafraum und in der Sporthalle erkennen und entwickeln</li> <li>• Halte – und Rumpfmuskulaturaufbau fördern als präventive Erkenntnis</li> <li>• Referate zu konditionellen Eigenschaften, Kraftarten, Muskelkater o.ä.</li> <li>• Möglicher Einsatz von Hilfen (Bänder)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gelenkstabilisierende Bedeutung der Muskulatur erkennen</li> <li>• Kraftarten unterscheiden (M.9.1.)</li> <li>• Hinweise zum gerätegestützten Krafttraining</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fitness, konditionelle Eigenschaften</li> <li>• Kraftbegriff</li> <li>• KSÜ</li> <li>• Eingangs- und Ausgangstest</li> </ul>	spezifischer Zusammenstellung aus Fundus (M.9.1)
---	---	---	--

## UV 9.6 Bewegung am Gerät – Kennenlernen verschiedener Übungen an mindestens einem Turngerät

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg. - stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche  Inhaltliche Kerne
<b>5. Bewegen an Geräten- Turnen</b>	A,C,D	9	12	5.7, 6.4, 8.1, 10.3	38	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren. [10 BWK 5.1] turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen. [10 BWK 5.3]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b> die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben. [10 SK a1] die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern. [10 SK c3]
<b>Methodenkompetenz (MK)</b> grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportl. Bewegungen anwenden. [10 MK a1] sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren. [10 MK d2]
<b>Urteilskompetenz (UK)</b> Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen. [10 UK a1] den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen. [10 UK a2]

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
---------------------------------------	-----------------------------------	---	---------------------------

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Neuorganisation von Bewegungskoordinationen wegen Gestaltswandel</li> <li>• Gestalterische Auseinandersetzung mit dem Turngerät</li> <li>• Bewegungsabläufe beobachten und Bewegungskorrekturen anbieten</li> <li>• Helfen und Sichern anwenden</li> <li>• Mit Sportgeräten und Materialien sachgerecht umgehen</li> </ul>	<p><b>Bei Entscheidung für den Barren:</b> Sicheres Schwingen und Kehre oder Wende als Grundlage für eine selbstgestaltete Kür</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• individuell, binnendifferenziertes Angebot turnerischer Elemente am Barren wie: Außenquersitz, Grätschsitz, Sprung in den Stütz, Kehre mit halber Drehung, Schwebestütz, Kipp-/Beugehang, Kippe usw.</li> </ul> <p><b>Bei Entscheidung für die Ringe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhythmisches Schwingen mit zwei Schwungschritten, Körperstreckung in der Schwungumkehr, Sicherer Abgang, Halbe Drehung im Umkehrpunkt, Ganze Drehung im Umkehrpunkt</li> </ul> <p><b>Bei Entscheidung für das Reck:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Felgunterschwung mit und ohne Hindernisse zur Unterstützung, Felgaufschwung, Felgumschwung</li> <li>• Spezifische Hilfestellungen erlernen und anwenden</li> <li>• Erlernte Techniken in Kombination mit verbessertem Bewegungsfluss ausführen</li> <li>• Kenntnisse über Sicherheit und Gerätenutzung anwenden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Benennen, beschreiben und analysieren der Bewegungsgrundmuster der zu erlernenden Techniken Fachbegriffe</li> <li>• Sicherheitsaspekte und Helfergriffe kennen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Helfergriffe und Grifftechniken</li> <li>• ausgewählte turnerische Elemente (z.B. Außenquersitz; Stütz usw.)</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auf- und Abbauhilfe</li> <li>• Individuelle Lernmotivation und Risikobereitschaft</li> <li>• Bereitschaft zum Helfen und Sichern</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungsabfolge am gewählten Gerät turnen</li> </ul>
---	--	---	--

## 9.7 Einen eigenen Biathlon machen - mit zwei selbst gewählten Ausdauersportarten

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	D, E	9	Ca. 12	7.5, 8.7	39	• Aerobe Ausdauerfähigkeit

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 30 min, Schwimmen 20 min, Aerobic 30 min, Radfahren 60 min) in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen. [10 BWK 1.4]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b> grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben. [10 SK d1] ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern. [10 SK d2] Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben. [10 SK f1] Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psychophysischen Belastungen erläutern. [10 SK f2]
<b>Methodenkompetenz (MK)</b> einen individual. Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen. [10 MK d1] die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten. [10 MK f1]
<b>Urteilskompetenz (UK)</b> die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen. [10 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schüler sollen aerobe Ausdauerleistung in zwei unterschiedlichen Sportarten erproben</li> <li>• Ausdauertraining in bekannten und weniger bekannten Sportarten schulen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mit der Lerngruppe die möglichen Ausdauerbereiche abstimmen</li> <li>• Durch die Dauer- bzw. Intervallmethode Ausdauerleistung verbessern</li> </ul>	<p>Ausdauermethoden und unterschiedliche Leistungsvermögen in zwei Bereichen reflektieren</p> <p><b>Fachsprache:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aerobe Ausdauer, Dauer- bzw. Intervallmethode</li> <li>• Puls, Belastungsumfang, -intensität, Pausenlängen</li> </ul>	<p>Bewertung einer aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen (z.B. Laufen 30 min, Rudern 20 min, Radfahren 60 min)</p>

## UV 9.8 Technisch-koordinative Grundfertigkeiten und taktisch-kognitive Grundfähigkeiten im Fußballspiel erweitern, vertiefen und festigen.

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
7.Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	A, E	9	12	6.2, 6.6	40	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [10 BWK 7.2]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b> für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [10 SK a2] Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedliche Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlichen Handlungen erläutern. [10 SK e2]
<b>Methodenkompetenz (MK)</b> in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. [10 MK e3]
<b>Urteilskompetenz (UK)</b> das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen. [10 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>Technische, taktische und soziale Grundlagen des Spielens weiter ausbauen</li> <li>Bedingungen für Leistungen in Sportspielen kennen lernen und reflektieren</li> <li>Unterschiedliche Interessensgruppen zulassen (auch koedukativ)</li> <li>Taktisches Handlungswissen bez. erweitern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Torschussformen in Spiel- und Übungsformen verbessern</li> <li>Formen der Ballkontrolle, des Dribblings und des zielgerichteten sicheren Passens (Direktspiel) verbessern (Doppelpass)</li> <li>Diverse Kleinfeldspielformen erproben</li> <li>Grundsätze des Freilaufens, Anbieten und des Raumverhaltens vermitteln</li> <li>Torwartverhalten schulen</li> <li>Überzahlsituationen situationsgerecht nutzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stellung zum Ball beim Passen, Torschuss und Dribbling</li> <li>Verhalten Angreifer und Verteidiger bei Überzahl</li> <li>Regelwissen beim Foulspiel erweitern</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Innenseitenpass &amp; Doppelpass</li> <li>in den Raum passen/ laufen</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Spielnote: Erfassen der Spielsituation und Grundlagen des Positionsspiels</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pass, Dribbel, und Schuss-Überprüfungsformen</li> </ul>

## UV 10.1 Racketsport – Vielfältiges Entdecken, Erlernen, Üben und Anwenden von Grundfertigkeiten in verschiedenen Racketsportarten (Auswahl aus Baseball, Tennis, Uni-/Inlinehockey)

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV.	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>7. Spielen in und mit Regelstrukturen</b>	A, E	10	12	7.4, 7.7, 9.3	41	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten</li> </ul>

<p><b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b>          sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1]          ein Endzonenspiel (z.B. Ultimate Frisbee, Rugby, Flag-Football) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven u. technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessenspielen. [10 BWK 7.3]          eine Sportspielvariante (z.B. Beachvolleyball, Streetball, Floorball) oder ein alternatives Mannschafts- oder Partnerspiel (z.B. Korbball, Tchoukball, Baseball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen [10 BWK 7.4]</p> <p><b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>Sachkompetenz (SK)</b>          für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.[10 SK a.2]          Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e.1]          Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern. [10 SK e.2]</p> <p><b>Methodenkompetenz (MK)</b>          unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a.3]          einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e.2]</p> <p><b>Urteilskompetenz (UK)</b>          den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten. [10 UK a.3]          das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen. [10 UK e.1]</p>
---

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerätewahrnehmung: Eigenschaften des Spielgeräts und des Balles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vielfältige Ball-Schläger-Gewöhnungsübungen im Aufwärmen einbauen</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperation innerhalb einer Mannschaft bzw. mit Spielpartner</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend</b></p>

<p>erproben, erlernen und festigen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeine Spielfähigkeiten von sportspielspezifischen neuen Spielfähigkeiten unterscheiden können</li> <li>• Allgemeine Ballsicherheit gewinnen – Ballerfahrungen auffrischen und koordinative Fähigkeiten verbessern</li> <li>• Reduzierte Regelabsprachen treffen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sportartspezifische Schlägerhaltung und schlagspezifische Grundstellung vermitteln</li> <li>• Spielgedanke Mannschaft, Gegner, Partner herausarbeiten</li> <li>• Positionierung beim Spielen mit dem Partner/der Mannschaftsmitgliedern auf dem Spielfeld</li> <li>• in Mannschaftssportarten: sportartspezifische Pass- und Laufwege erlernen</li> <li>• Situative Handlungsentscheidungen treffen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Auge-Schläger-Koordination fördern</li> <li>• Umgang mit dem Spielgerät</li> <li>• Positionierung auf dem Feld</li> <li>• Übernahme von Aufgaben und Verantwortlichkeiten in Angriffs- und Abwehr situationen</li> <li>• Fairness im Umgang mit Sieg und Niederlage thematisieren</li> </ul> <p><b>Fachsprache</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportartspezifische Fachbegriffe kennen und anwenden</li> <li>• zentrale Position</li> <li>• Position zum Ball</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nutzung der Fachbegriffe und Anwendung der Regeln</li> <li>• sportartenspezifische und allgemeine Spielfähigkeit</li> </ul> <p><b>punktuell</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schlagtechniken</li> <li>• nachhaltiges Anwenden der Techniken und Taktiken in Spielsituationen</li> </ul>
---	---	--	--

## UV 10.2 Individuelle Leistungssteigerung in ausgewählten Disziplinen der Leichtathletik anstreben am Beispiel des Erlernens des Hochsprungs

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
3.Laufen, Springen, Werfen, - Leichtathletik	A,D	10	Ca.14	6.9	42	<input type="checkbox"/> Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoßen, Hochsprung) in der Grobform ausführen. [10 BWK 3.2]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b>

für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [10 SK a2]

**Methodenkompetenz (MK)**

analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motor. Lern- u. Übungsprozesse zielorientiert einsetzen. [10 MK a2]

unterschiedliche Hilfen (Feed- back, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [10 MK a3]

sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren. [10 MK d2]

**Urteilskompetenz (UK)**

den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen. [10 UK a2]

den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportl. Bewegungen kriteriengeleitet bewerten. [10 UK a3]

den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportl. Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren. [10 UK d2]

**Medienkompetenz:** 4.1 Medienprodukte und Präsentationen

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gewöhnung an eine bewusste Verbesserung von Bewegungsabläufen</li> <li>• Phasenverlauf der Bewegungen kennen und unterscheiden können</li> <li>• Zielgerichtete Übungsformen mit Betonung der Technikelemente</li> <li>• Systematischere Vermittlung bewegungsspezifischer Kenntnisse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vielfältige Sprungvorbereitungen und Sprungvarianten nutzen</li> <li>• Diverse Formen von Steigesprünge und Kurvenanläufe</li> <li>• Differenzierte Aufgabenstellungen zu einzelnen Phasen des Sprunges</li> <li>• Erlernen der individuellen Schrittgestaltung beim Anlauf</li> <li>• Leistung relativ einführen und anwenden</li> <li>• <i><b>Methodenkompetenz 4.1:</b> Die Schüler sollen mit dem eigenen Handy gefilmt werden, so dass sie ihre eigene Bewegung nachvollziehen können und darauf aufbauend individuelle Anpassungen vornehmen können. Freiwillig können Schüler auf den Schul-IPads ihren Sprung für zukünftige Lerngruppen speichern.</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bedeutung der grundlegenden Bewegungsmerkmale kennen</li> <li>• Phasenverlauf beschreiben können</li> <li>• Beobachtungsschulung bei Anlauf und Absprungverhalten</li> <li>• Erste Fehlerbilder erkennen können</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anlauf, Absprung, Flug- und Landephase</li> <li>• Absprung- und Schwungbein</li> <li>• Hohlkreuz; Doppelarmschwung</li> </ul>	<p><b>Unterrichtsbegleitend:</b></p> <p>Einsatz- und Leistungsbereitschaft</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>unterschiedliche Leistungsbewertungen nutzen:</p> <p>Höhe und Grobformtechniknote</p>

## UV 10.3 Koordinative Grundlagen verbessern: am Beispiel von diversen Sprung-, und Kletterparcours - Le Parkur

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	A, D	10	12	5.4, 9.5, 9.6	43	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen. [10 BWK 1.1] ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen. [10 BWK 1.2]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b> die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben. [10 SK a1]
<b>Methodenkompetenz (MK)</b> unterschiedliche Hilfen (Feed- back, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [10 MK a3]
<b>Urteilskompetenz (UK)</b> die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen. [10 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eigene Leistungsfähigkeit realistisch einschätzen können</li> <li>• Koordinative Fähigkeiten in intensiven Parcoursformen ausprägen und verbessern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diverse Sprungvariationen in unterschiedlichen Sprungarrangements entwickeln, ausführen und intensiv üben können</li> <li>• Kraft und Gewandtheit in Hindernisparcours verbessern</li> <li>• Mit dem Partner kooperativ in Hindernisparcours aufgabenorientiert agieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprung ABC</li> <li>• Sprungarten</li> <li>• Koordinative Grundlagen begrifflich verstehen und erklären können</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le Parkur</li> <li>• ausgewählte Stationsnamen</li> <li>• Koordinative Fähigkeiten</li> <li>• Bewertungskriterien</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auf-/Abbauhilfe</li> <li>• Bewältigung der koordinativen Aufgaben</li> <li>• Bereitschaft zum Helfen und Sichern</li> <li>• Somi-Note</li> </ul> <p><b>punktuell:</b> ggf. Überprüfung anhand eines Parcours</p>

## UV 10.4 Technisch-taktische Grundfertigkeiten im Hockey erlernen.

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>7. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>	A, E	10	12	10.1	44	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen. [10 BWK 7.1]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b> für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [10 SK a2]
<b>Methodenkompetenz (MK)</b> in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. [10 MK e3]
<b>Urteilskompetenz (UK)</b> Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen. [10 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorbereitende Grundtechniken üben</li> <li>• Vorbereitende kleine Spielformen in der überschaubaren Kleingruppe</li> <li>• Einzelspiel, Zweier- und Dreiergruppe für hohe Übungsintensität nutzen</li> <li>• Intensive Schläger-Ball-Koordination schulen</li> <li>• Reduzierte Grundregeln auf Kleinfeldsituationen zielspielgerecht einsetzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diverse Übungsformen zur Ballführung mit Vorhand und Rückhandtechniken</li> <li>• Diverse Stopptechniken mit Vor- und Rückhandeinsatz</li> <li>• Schieben und Stoppen mit Vorhand</li> <li>• Schiebepass in vielfältigen Formen kombinieren</li> <li>• Kombinierte Spiel- und Übungsformen des Ballführens, Schiebens und Stoppens</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schlägerhaltung und Griffpositionen</li> <li>• Stellung zu Mitspieler und Ball</li> <li>• Stockfehler kennen</li> <li>• Erster Regelkontakt in reduzierter Form</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schiebepass; Innenseite</li> <li>• Griffhaltung, Körperhaltung</li> <li>• Ausholbewegung</li> <li>• "Dach" machen/ Ballannahme</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• technische Verbesserung</li> <li>• Verhalten im Spiel</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zielschieben</li> <li>• Slalomdribbling</li> <li>• Vorhand-Rückhanddribbling</li> <li>• Stopptechniken mit Partner</li> <li>• Spielfähigkeit</li> </ul>

## UV 10.5 Tanzen in der kulturellen Bildung – Von Partnertanz bis Contemporary Dance

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.- stufe	Benötigte Std./ UV.	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>6. Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste</b>	<b>B</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>6.5, 8.5</b>	<b>44</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> <li>• Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage)</li> </ul>

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Standard – und lateinamerikanische Tänze oder Rock´n´ Roll bzw. Hip Hop, Jazz, Modern Dance, Jump Style, Breakdance etc.) allein, zu zweit oder in der Gruppe präsentieren. [10 BWK 6.2]
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<b>Sachkompetenz (SK)</b> ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen. [10 SK b1] das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben. [10 SK b2]
<b>Methodenkompetenz (MK)</b> unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe – nutzen. [10 MK b1] Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten. [10 MK b2] kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden. [10 MK b3]
<b>Urteilskompetenz (UK)</b> die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen. [10 UK b1] gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen. [10 UK b2]

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
-----------------------------------	-----------------------------------	---	---------------------------

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsverbindungen und -variationen zu Klang und Musik</li> <li>• Aspekte der Bewegungsqualität thematisieren</li> <li>• Anpassung der Gestaltung an die individuelle Ausdrucksfähigkeit</li> <li>• Selbstbestimmtes und selbstorganisiertes Lernen erfahren und ausprobieren</li> <li>• Kreatives Bewegungshandeln und seine Präsentation einschätzen und nach ausgewiesenen Kriterien beurteilen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Üben selbstgewählter Bewegungen und Handlungsformen</li> <li>• Rhythmisch dynamische und partnerbezogene Aspekte einbeziehen</li> <li>• ausgewählte Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, formaler Aufbau)</li> <li>• Feinarbeit an der eigenen Choreographie und Vorbereitung der Präsentation</li> <li>• Entwicklung einer eigenen Partner- oder Gruppenchoreographie im Hinblick auf Eigenständige Entwicklung neuer Bewegungen und selbständige Erweiterung und Veränderung der Bewegungsmerkmale und Ausführungskriterien (z.B. Jazz und Modern Dance)</li> <li>• Explorierende Auseinandersetzung mit den Bedingungen und Möglichkeiten des eigenen Körpers entdecken lassen (z.B. Modern Dance, Jazz)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verschiedene Bewegungsebenen einbeziehen</li> <li>• Körperbewusstsein aufbauen</li> <li>• Sich über den Körper ausdrücken</li> <li>• Berührungssängste abbauen</li> <li>• „Sich-Bewegen“ im Zeitgenössischen Tanz</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsebenen</li> <li>• Bewegungsmerkmale</li> <li>• Ausführungskriterien</li> <li>• Choreographie</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einsatzwille – Leistungsbereitschaft</li> <li>• Bereitschaft, neue Bewegungen kreativ zu erproben</li> <li>• Einsatz in der Gruppe</li> <li>• Individueller Lernfortschritt</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation einer selbstentwickelten Partner- oder Gruppenchoreographie unter Berücksichtigung der vereinbarten Kriterien</li> </ul>
---	--	---	--

## UV: 10.6 Wie spielt man eigentlich woanders? Spiele aus anderen Kulturräumen kennen lernen am Beispiel von Ultimate-Frisbee

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Persp.	Jg.-stufe	Benötigte Std./ UV	Vernetzen mit UV Nr.	UV lauf. Nr.	Bewegungsfelder und Sportbereiche Inhaltliche Kerne
<b>7. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</b>	E	10	Ca. 10	5.1, 10.1	46	• Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten

<b>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen:</b>
<p><b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</b> ein Endzonenspiel (z.B. Ultimate Frisbee, Rugby, Flag-Football) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven u. technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessenspielen. [10 BWK 7.3]</p>
<b>Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>
<p><b>Sachkompetenz (SK)</b> Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern. [10 SK e1] Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedliche Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlichen Handlungen erläutern. [10 SK e2]</p>

**Methodenkompetenz (MK)**

Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren. [10 MK e1]

**Urteilskompetenz (UK)**

das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen. [10 UK e1]

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<p><b>Allgemein:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerätewahrnehmungen machen: Flugeigenschaften erproben und erlernen</li> <li>• Regelrecherche, angepasste Regelumsetzung und Nutzung erlernen</li> <li>• Allgemeine Spielfähigkeiten von sportspielspezifischen neuen Spielfähigkeiten unterscheiden können</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wurftechniken und Fangtechniken schulen:</li> <li>• Vorhandwurf</li> <li>• Rückhandwurf</li> <li>• Evtl. Überkopfwurf</li> <li>• Sandwichcatch</li> <li>• Einhändiges Fangen</li> <li>• Zielgerichteter Pass in den Lauf</li> <li>• Ultimatespezifische Pass- und Laufwege erlernen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regelkenntnisse</li> <li>• Sportspielspezifische Fachbegriffe (Vor- und Rückhandwürfe, "Sandwich-Catch", hohes "C" bzw. tiefes "C")</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sternschritt</li> <li>• hohes und tiefes "C"</li> <li>• Sandwichcatch</li> <li>• Endzone</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeltest</li> <li>• Wurftechniken – Fangtechniken überprüfen</li> <li>• Ultimatespezifische Spielfähigkeit</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Überkopfwurf</li> </ul>