Jahrgangsstufe **5**	Dauer des UV: 4 -6 Einheiten	Verknüpfung mit BF 3

Thema des UV:

Laufen ohne Schnaufen: Heranführung an das ausdauernde Laufen

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld d: Leistung
- ☐ Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltliche Kerne:

- ☐ aerobe Ausdauerfähigkeit

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit
- ☐ gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

BWK:

- ☐ eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. **Laufen 15 min**, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen.

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen,
- ☐ psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen,
- ☐ psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben.

Methodenkompetenz

- ☐ einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden.

Urteilskompetenz

- ☐ ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen.
- ☐ körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen.

Jahrgangsstufe **5**	Dauer des UV: 6 Stdn.	Verknüpfung mit allen anderen UVs

Thema des UV:

Sich sachgerecht auf sportliche Aktivitäten vorbereiten: Allgemeines und spezielles Aufwärmen

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltliche Kerne:

- ☐ allgemeines und spezielles Aufwärmen

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Struktur und Funktion von Bewegungen
- ☐ grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
- ☐ Unfall- und Verletzungsprophylaxe –
- ☐ gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

BWK:

- ☐ sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen,
- ☐ eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben
- ☐ wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen.
- ☐ Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen

Methodenkompetenz

Urteilskompetenz

- ☐ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen
- ☐ körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen.

Jahrgangsstufe **5**	Dauer des UV: 10 Stdn.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Gemeinsam sind wir stark:
In ausgewählten Spiel- und Übungssituationen kooperativ handeln.

BF/SB 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	**Inhaltsfelder:** □ Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: □ Kooperative Spiele	***Inhaltliche Schwerpunkte:*** ☐ Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten ☐ Interaktion im Sport
BWK: ☐ Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen, □ unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen	**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen** **Sachkompetenz** ☐ Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen **Methodenkompetenz** ☐ selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam aufund abbauen **Urteilskompetenz** ☐ sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten

Jahrgangsstufe **5**	Dauer des UV **12**	Verknüpfung mit BF 1

Thema des UV:

Vielfältiges Laufen erfahren und anwenden

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltliche Kerne:

- ☐ grundlegendes leichtathletisches Bewegen
- ☐ traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe

Inhaltliche Schwerpunkte:

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

BWK:

- ☐ grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben,
- ☐ wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen

Methodenkompetenz

- ☐ mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen

Urteilskompetenz

- ☐ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen

Jahrgangsstufe **5**	Dauer des UV: 14 Stdn.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Rolle, Handstand, Rad: grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen

BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung
- ☐ Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltliche Kerne:

- ☐ normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- ☐ Präsentation von Bewegungsgestaltungen
- ☐ Unfall- und Verletzungsprophylaxe

BWK:

- ☐ eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren,
- ☐ grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben, à
- ☐ wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen
- ☐ grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen.

Methodenkompetenz

- ☐ einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden
- ☐ Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen

Urteilskompetenz

- ☐ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen
- ☐ kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen

<table>
<tr><td>Jahrgangsstufe 5</td><td>Dauer des UV: 6 Stdn.</td><td>Verknüpfung mit BF 1</td></tr>
<tr><td colspan="3">Thema des UV:
HHG-Games: Vorbereitung auf ein Vielseitigkeitssportfest Teil I</td></tr>
<tr><td colspan="2">BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</td><td>Inhaltsfelder:
☐ Inhaltsfeld c: Wagnis und Verantwortung</td></tr>
<tr><td colspan="2"><u>Inhaltliche Kerne:</u>
☐ normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen</td><td>Inhaltliche Schwerpunkte:
☐ Handlungssteuerung</td></tr>
<tr><td colspan="2" rowspan="3">BWK:
☐ 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</td><td>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</td></tr>
<tr><td>Sachkompetenz
☐ die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben</td></tr>
<tr><td>Methodenkompetenz</td></tr>
<tr><td colspan="2"></td><td>Urteilskompetenz
☐ einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen</td></tr>
</table>

Jahrgangsstufe **5**	Dauer des UV: 10- 12 Stdn.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Eine vorgegebene Bewegungskomposition in der Gruppe üben und synchron präsentieren

BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	**Inhaltsfelder:** ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen ☐ Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung
Inhaltliche Kerne: ☐ Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung	***Inhaltliche Schwerpunkte:*** ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung ☐ Präsentation von Bewegungsgestaltungen
BWK: ☐ eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren	**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**
	Sachkompetenz ☐ wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen
	Methodenkompetenz ☐ einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden ☐ Grundformen gestalterischen Bewegens **nach**- und umgestalten
	Urteilskompetenz ☐ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen.

Jahrgangsstufe **5**	Dauer des UV: 15 Stdn.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Grundlegende Übungs- und Spielformen zur Vorbereitung auf das Spiel mit dem Basketball

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

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Kerne:

- ☐ Mannschaftsspiele (**Basketball**, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
- ☐ Interaktion im Sport

BWK:

- ☐ sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden,
- ☐ sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen
- ☐ Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen,
- ☐ sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben

Methodenkompetenz

- ☐ selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf-und abbauen

Urteilskompetenz

- ☐ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen
- ☐ sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten

Jgst. 6

Jahrgangsstufe **6**	Dauer des UV	Verknüpfung mit BF 4

Thema des UV:

Ausdauerndes Schwimmen

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld d: Leistung
- ☐ Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltliche Kerne:

- ☐ aerobe Ausdauerfähigkeit

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit
- ☐ gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

BWK:

- ☐ eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen.

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen,
- ☐ psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen,
- ☐ psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben.

Methodenkompetenz

- ☐ einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden.

Urteilskompetenz

- ☐ ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen.
- ☐ körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grund-legendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen.

<table>
<tr><td>Jahrgangsstufe 6</td><td>Dauer des UV: 8</td><td>Verknüpfung mit</td></tr>
<tr><td colspan="3">Thema des UV:
Unterschiedlichen Herausforderungen im Stationenbetrieb begegnen</td></tr>
<tr><td colspan="2">BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</td><td>Inhaltsfelder:
□ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</td></tr>
<tr><td colspan="2"><u>Inhaltliche Kerne:</u>
□ motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</td><td>Inhaltliche Schwerpunkte:
□ Struktur und Funktion von Bewegungen
□ grundlegende Aspekte des motorischen Lernens</td></tr>
<tr><td colspan="2" rowspan="4">BWK:
□ grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden,</td><td>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</td></tr>
<tr><td>Sachkompetenz
□ wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen.</td></tr>
<tr><td>Methodenkompetenz</td></tr>
<tr><td>Urteilskompetenz</td></tr>
</table>

Jahrgangsstufe **6**	Dauer des UV	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Spiele verändern, weiterentwickeln und vergleichen am Beispiel verschiedener Abwurfspiele

BF/SB 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Inhaltsfelder:
Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Kerne:

- ☐ Kleine Spiele und Pausenspiele

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
- ☐ Interaktion im Sport

BWK:

- ☐ Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situa-tions- und kriterienorientiert gestalten,
- ☐ lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Ziel-setzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen,
- ☐ sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben.

Methodenkompetenz

- ☐ in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren.

Urteilskompetenz

- ☐ sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten.

Jahrgangsstufe **6**	Dauer des UV: 20	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Höher, schneller weiter: Leichtathletische Disziplinen auf grundlegendem Fertigkeitsniveau ausüben.

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld d: Leistung

Inhaltliche Kerne:

- ☐ grundlegendes leichtathletisches Bewegen
- ☐ Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
- ☐ Leistungsverständnis im Sport

BWK:

- ☐ grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen,
- ☐ leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegen-dem Fertigkeitsniveau ausführen,
- ☐ einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen.

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen.
- ☐ psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben.

Methodenkompetenz

- ☐ einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden.

Urteilskompetenz

- ☐ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen

Jahrgangsstufe **6**	Dauer des UV: 20	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres und ausdauerndes Brustschwimmen

BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltliche Kerne:

- ☐ Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, (Rettungsschwimmen)
- ☐ Tauchen, (Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Struktur und Funktion von Bewegungen

BWK:

- ☐ das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen
- ☐ grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben

Methodenkompetenz

- ☐ einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden.

Urteilskompetenz

- ☐ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegen-dem Niveau kriteriengeleitet beurteilen.

Jahrgangsstufe 6	**Dauer des UV:**	**Verknüpfung mit**

Thema des UV:

Ich will besser werden:
Im Brustschwimmen mit Wende sicher und schnell schwimmen können

BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen	**Inhaltsfelder:** ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: ☐ Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, (Rettungsschwimmen) ☐ Schwimmarten einschließlich Start und Wende	***Inhaltliche Schwerpunkte:*** ☐ Struktur und Funktion von Bewegungen
BWK: ☐ eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen,	**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen** **Sachkompetenz** ☐ wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. **Methodenkompetenz** ☐ einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden. **Urteilskompetenz** ☐ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegen-dem Niveau kriteriengeleitet beurteilen.

Jahrgangsstufe **6**	Dauer des UV: 12	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Springen, Schwingen, Schaukeln: an unterschiedlichen Geräten turnerische Bewegungen erlernen und üben

BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltliche Kerne:

- ☐ normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- ☐ Unfall- und Verletzungsprophylaxe

BWK:

- ☐ 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,
- ☐ eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben,
- ☐ wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen.
- ☐ Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. all-gemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen.

Methodenkompetenz

- ☐ einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden.
- ☐ Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen.

Urteilskompetenz

- ☐ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegen-dem Niveau kriteriengeleitet beurteilen.

Jahrgangsstufe **6**	Dauer des UV: 6	Verknüpfung mit

Thema des UV:

HHG-Games: Vorbereitung auf ein Vielseitigkeitssportfest Teil II

BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld c: Wagnis und Verantwortung

Inhaltliche Kerne:

- ☐ normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Handlungssteuerung

BWK:

- ☐ 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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben

Methodenkompetenz

Urteilskompetenz

- ☐ einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen

Jahrgangsstufe **6**	**Dauer des UV: 12**	**Verknüpfung mit**

Thema des UV:

Aus Bewegungsgrundformen in der Gruppe mit einem ausgewählten Handgerät eine Komposition entwickeln

BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	**Inhaltsfelder:** □ Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung
Inhaltliche Kerne: □ gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)	***Inhaltliche Schwerpunkte:*** □ Variation von Bewegung □ Präsentation von Bewegungsgestaltungen
BWK: □ Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen,	**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen** **Sachkompetenz** □ Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen, □ grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen **Methodenkompetenz** □ einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden. □ Grundformen gestalterischen Bewegens **nach**- und umgestalten **Urteilskompetenz** □ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen.

Jahrgangsstufe **6**	Dauer des UV	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Grundfertigkeiten des Badmintonspiels erlernen und im Spiel miteinander anwenden

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	**Inhaltsfelder:** Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: □ Partnerspiele (**Badminton**, Tennis oder Tischtennis)	***Inhaltliche Schwerpunkte:*** □ Interaktion im Sport
BWK: □ in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden.	**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen** **Sachkompetenz** □ Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen, **Methodenkompetenz** □ selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen, **Urteilskompetenz**

Jgst. 7

Jahrgangsstufe **7**	Dauer des UV: BF-übergreifend	Verknüpft mit anderen BF

Thema des UV:

Sich sachgemäß auf sportliche Anforderungen vorbereiten

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltliche Kerne:

- ☐ allgemeines und spezielles Aufwärmen

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Struktur und Funktion von Bewegungen
- ☐ Unfall- und Verletzungsprophylaxe
- ☐ gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

BWK:

- ☐ sich funktional und wahrnehmungsorientiert allgemein und sportartspezifisch aufwärmen,
- ☐ ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ☐ Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern

Methodenkompetenz

- ☐

Urteilskompetenz

- ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen,

Jahrgangsstufe **7**	Dauer des UV: 8 Stdn.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Variation kleiner Spiele

BF/SB 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Kerne:

- ☐ kleine Spiele und Pausenspiele
- ☐ Spiele aus anderen Kulturen

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
- ☐ Interaktion im Sport

BWK:

- ☐ lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen,
- ☐ eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen.

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.

Methodenkompetenz

- ☐ Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren,

Urteilskompetenz

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

Jahrgangsstufe **7**	Dauer des UV **20**	Verknüpfung mit BF 1

Thema des UV:

Sprint, Weitsprung, Schlagwurf auf höherem Niveau ausführen und unter Wettkampfbedingungen anwenden

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld d: Leistung

Inhaltliche Kerne:

- ☐ grundlegendes leichtathletisches Bewegen
- ☐ leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Struktur und Funktion von Bewegungen
- ☐ grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
- ☐ Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit
- ☐ Leistungsverständnis im Sport
- ☐ Trainingsplanung und Organisation

BWK:

- ☐ bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeitsniveau ausführen,
- ☐ einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern
- ☐ koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen.

Methodenkompetenz

- ☐ analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen
- ☐ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden

Urteilskompetenz

- ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen,
- ☐ den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen,
- ☐ die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen,

Jahrgangsstufe **7**	Dauer des UV: 12 Stdn.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Turnen an verschiedenen Gerätestationen

BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen

Inhaltsfelder:
- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld c: Wagnis und Verantwortung

Inhaltliche Kerne:

- ☐ normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen

Inhaltliche Schwerpunkte:
- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Struktur und Funktion von Bewegungen
- ☐ Handlungssteuerung

BWK:

- ☐ turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren,
- ☐ turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz
- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern
- ☐ unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern,
- ☐ emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben,
- ☐ die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern.

Methodenkompetenz
- ☐ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden
- ☐ Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern.

Urteilskompetenz
- ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen
- ☐ 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.

Jahrgangsstufe **7**	Dauer des UV: 10- 12 Stdn.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Eine vorgegebene Bewegungskomposition in der Gruppe Verändern, erweitern und präsentieren

BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Kerne:

- ☐ Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Variation von Bewegung – Präsentation von Bewegungsgestaltungen
- ☐ Präsentation von Bewegungsgestaltungen
- ☐ Gestaltungskriterien

BWK:

- ☐ eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Hip-Hop, Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen,
- ☐ das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben.

Methodenkompetenz

- ☐ kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden

Urteilskompetenz

- ☐ die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen,

Jahrgangsstufe **7**	Dauer des UV: 12 Stdn.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Jeder spielt mit:

Durch Regelvariationen zum mannschaftsdienlichen Basketballspiel mit ausgewogener Beteiligung

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	**Inhaltsfelder:** ☐ Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: ☐ Mannschaftsspiele (**Basketball**, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)	***Inhaltliche Schwerpunkte:*** ☐ Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten ☐ Interaktion im Sport
BWK: ☐ sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen, ☐ in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden,	**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen** **Sachkompetenz** ☐ Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern, ☐ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern. **Methodenkompetenz** ☐ Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren ☐ in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. **Urteilskompetenz** ☐ das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen.

Jahrgangsstufe **7**	Dauer des UV: 12 Stdn.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Badminton: Schlagtechniken erlernen und im Spiel miteinander einsetzen

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

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Kerne:

- ☐ Mannschaftsspiele (**Basketball**, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
- ☐ Interaktion im Sport

BWK:

- ☐ in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ☐ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unter-schiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.

Methodenkompetenz

- ☐ grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden
- ☐ Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren

Urteilskompetenz

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

Jgst. 8

Jahrgangsstufe **8**	Dauer des UV: 6 Stdn.	Verknüpfung mit allen anderen UVs

Thema des UV:

Ausdauerndes Schwimmen

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld d: Leistung
- ☐ Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltliche Kerne:

- ☐ aerobe Ausdauerfähigkeit

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit
- ☐ Trainingsplanung und Organisation
- ☐ gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

BWK:

- ☐ 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.

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben
- ☐ Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben,

Methodenkompetenz

Urteilskompetenz

- ☐

Jahrgangsstufe **8**	Dauer des UV: BF-übergreifend	Verknüpft mit anderen BF

Thema des UV:

Sich sachgemäß auf sportliche Anforderungen vorbereiten

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltliche Kerne:

- ☐ allgemeines und spezielles Aufwärmen

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Struktur und Funktion von Bewegungen
- ☐ Unfall- und Verletzungsprophylaxe
- ☐ gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

BWK:

- ☐ sich funktional und wahrnehmungsorientiert allgemein und sportartspezifisch aufwärmen,
- ☐ ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ☐ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.
- ☐ Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern

Methodenkompetenz

- ☐

Urteilskompetenz

- ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen,

Jahrgangsstufe **8**	Dauer des UV: 8 Stdn.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Spielformen mit unterschiedlichen Geräten (z.B. Schläger, Ball, Luftballon, …) kennenlernen, verändern, vergleichen, bewerten

BF/SB 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Kerne:

- ☐ kleine Spiele und Pausenspiele
- ☐ Spiele aus anderen Kulturen

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
- ☐ Interaktion im Sport

BWK:

- ☐ lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen,
- ☐ eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen.

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.

Methodenkompetenz

- ☐ Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren,

Urteilskompetenz

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

Jahrgangsstufe **8**	Dauer des UV: 10	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Neue Sprünge wagen: Vorbereitung auf einen Dreisprung-Wettkampf

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltliche Kerne:

- ☐ grundlegendes leichtathletisches Bewegen – leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)

BWK:

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

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld d: Leistung

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- ☐ Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden,
- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ☐ grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben,
- ☐ koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen.

Methodenkompetenz

- ☐ analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen,
- ☐ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.
- ☐ sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren.

Urteilskompetenz

- ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen,
- ☐ die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen,

Jahrgangsstufe **8**	Dauer des UV: 10	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Hürdenlauf als neue Laufdisziplin kennenlernen

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld d: Leistung

Inhaltliche Kerne:

- ☐ grundlegendes leichtathletisches Bewegen – leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung – Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- ☐ Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit

BWK:

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ☐ grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben,
- ☐ koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen.

Methodenkompetenz

- ☐ grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden, analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen,
- ☐ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.
- ☐ sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren.

Urteilskompetenz

- ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen,
- ☐ die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen,

Jahrgangsstufe **8**	Dauer des UV: 20	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Fit und leistungsstark im Wasser: Drei verschiedene Schwimmtechniken mit Start und Wende unter vereinfachten Wettkampfbedingungen ausführen

BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld d: Leistung

Inhaltliche Kerne:

- ☐ sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen – Schwimmarten einschließlich Start und Wende – Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Struktur und Funktion von Bewegungen
- ☐ Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit

BWK:

- ☐ eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher ausführen,
- ☐ grundlegende Techniken und Fertigkeiten im Wasser (Schwimmen, Tauchen oder Springen) spielerisch oder ästhetisch oder kreativ zur Bewältigung unterschiedlicher Anforderungssituationen im Wasser nutzen.

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben, à für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ☐ koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen.

Methodenkompetenz

- ☐ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.
- ☐ einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen,

Urteilskompetenz

- ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen,
- ☐ die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen

Jahrgangsstufe **8**	**Dauer des UV:**	**Verknüpfung mit**
Thema des UV: **Sicher am und im Wasser: Gefahren erkennen, besonnen handeln**		

BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen	**Inhaltsfelder:** ☐ Inhaltsfeld c: Wagnis und Verantwortung
Inhaltliche Kerne: ☐ sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen	***Inhaltliche Schwerpunkte:*** ☐ Handlungssteuerung
BWK: ☐ Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- und Fremdrettung sachgerecht nutzen,	**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**
	Sachkompetenz ☐ emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben, ☐ die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern.
	Methodenkompetenz ☐ Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden
	Urteilskompetenz ☐ 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.

Jahrgangsstufe **8**	Dauer des UV: 12	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Akrobatik in der Gruppe: Erlernte akrobatische und turnerische Elemente zu einer Komposition originell (mit oder ohne Musik) zusammenfügen

BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung
- ☐ Inhaltsfeld c: Wagnis und Verantwortung
- ☐ Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltliche Kerne:

- ☐ normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen
- ☐ Akrobatik

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- ☐ Variation von Bewegung
- ☐ Präsentation von Bewegungsgestaltungen
- ☐ Handlungssteuerung
- ☐ Unfall- und Verletzungsprophylaxe

BWK:

- ☐ eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren, à turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben, à für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern..
- ☐ emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben,
- ☐ die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern.
- ☐ Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. all-gemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen.

Methodenkompetenz

- ☐ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.
- ☐ kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden
- ☐ Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden,
- ☐ Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern.
- ☐ Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen.

Urteilskompetenz

- ☐ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegen-dem Niveau kriteriengeleitet beurteilen.
- ☐ die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen
- ☐ 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.

Jahrgangsstufe **8**	**Dauer des UV: 8**	**Verknüpfung mit**

Thema des UV:

Bewegungstheater:
Eine sportliche Geschichte pantomimisch in der Gruppe darstellen

BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	**Inhaltsfelder:** ☐ Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung
Inhaltliche Kerne: ☐ darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage)	***Inhaltliche Schwerpunkte:*** ☐ Variation von Bewegung ☐ Präsentation von Bewegungsgestaltungen – Ausgangspunkte von Gestaltungen
BWK: ☐ eine selbstständig um- und neugestaltete künstlerische Bewegungskomposition aus einem ausgewählten Bereich (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage) allein oder in der Gruppe präsentieren.	**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen** **Sachkompetenz** ☐ ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen, **Methodenkompetenz** ☐ unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe – nutzen, ☐ kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden. **Urteilskompetenz** ☐ die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen,

Jahrgangsstufe **8**	Dauer des UV: 10 Std.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Grundtechniken im Badmintonspiel verbessern und gezielt im Wettkampf mit vereinfachten Regeln einsetzen

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

Inhaltsfelder:
- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Kerne:

- ☐ Partnerspiele (**Badminton**, Tennis oder Tischtennis)

Inhaltliche Schwerpunkte:
- ☐ Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- ☐ Struktur und Funktion von Bewegungen
- ☐ Interaktion im Sport

BWK:

- ☐ in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden,
- ☐ sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz
- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ☐ Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern,
- ☐ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unter-schiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.

Methodenkompetenz
- ☐ Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren,
- ☐ in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen.

Urteilskompetenz
- ☐ das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen.

Jahrgangsstufe **8**	**Dauer des UV: 12 Stdn.**	

Thema des UV:

Einführende Spiel- und Übungsformen zum Floorball (Unihockey)

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

Inhaltliche Kerne:

- ☐ weitere Sportspiele und Sportspielvarianten

BWK:

- ☐ eine Sportspielvariante (z.B. Beachvolleyball, Streetball, Floorball) oder ein alter-natives Mannschafts- oder Partnerspiel (z.B. Korfball, Tchoukball, Baseball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen.

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
- ☐ Interaktion im Sport

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ☐ Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern,
- ☐ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.

Methodenkompetenz

- ☐

Urteilskompetenz

- ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen
- ☐ das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen.

Jahrgangsstufe **8**	Dauer des UV: 12 Stdn.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Zielwürfe im Basketball:

Standwurf, Sprungwurf und Korbleger als Zielwurfvarianten erlernen und im Spiel einsetzen.

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	**Inhaltsfelder:** Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: ☐ Mannschaftsspiele (**Basketball**, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)	***Inhaltliche Schwerpunkte:*** ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung ☐ Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen ☐ Struktur und Funktion von Bewegungen ☐ Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten ☐ Interaktion im Sport
BWK: ☐ in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden,	**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen** **Sachkompetenz** ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. ☐ Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern, ☐ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unter-schiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern. **Methodenkompetenz** ☐ analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen, ☐ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. ☐ Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren ☐ in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. **Urteilskompetenz** ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen, das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen. ☐ den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten.

Jgst 9

Jahrgangsstufe **9**	Dauer des UV: 6 Stdn.	Verknüpfung mit allen anderen UVs

Thema des UV:

Fitnessgeräte in der Sporthalle: Sportgeräte für ein Muskeltraining im Stationenbetrieb nutzen

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld d: Leistung
- ☐ Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltliche Kerne:

- ☐ motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Trainingsplanung und Organisation
- ☐ gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens
- ☐ Gesundheitsverständnis und Körperbilder

BWK:

- ☐ ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern
- ☐ ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern,
- ☐ Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben,
- ☐ Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern

Methodenkompetenz

- ☐ die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten,

Urteilskompetenz

- ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen,
- ☐ die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen,
- ☐ gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen.

Jahrgangsstufe **9**	Dauer des UV: BF-übergreifend	Verknüpft mit anderen BF

Thema des UV:

Sich sachgemäß auf sportliche Anforderungen vorbereiten

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltliche Kerne:

- ☐ allgemeines und spezielles Aufwärmen

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Struktur und Funktion von Bewegungen
- ☐ Unfall- und Verletzungsprophylaxe
- ☐ gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

BWK:

- ☐ sich funktional und wahrnehmungsorientiert allgemein und sportartspezifisch aufwärmen,
- ☐ ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ☐ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.
- ☐ Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern

Methodenkompetenz

- ☐

Urteilskompetenz

- ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen,

Jahrgangsstufe **9**	Dauer des UV **8**	Verknüpfung mit BF 1

Thema des UV:

In die Höhe Springen: Hochsprung (Straddle und Wälzer) als neue Disziplin im Relativwettkampf kennenlernen.

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltsfelder:
- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld d: Leistung

Inhaltliche Kerne:

- ☐ grundlegendes leichtathletisches Bewegen – leichtathletische Disziplinen (Sprint, **Sprung**, Wurf/Stoß)

Inhaltliche Schwerpunkte:
- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- ☐ Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit

BWK:

- ☐ eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoßen, **Hochsprung**) in der Grobform ausführen,
- ☐ alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocashing, **Relativwettkämpfe**, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen
- ☐

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz
- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ☐ grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben,
- ☐ koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen.

Methodenkompetenz
- ☐ analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motori-scher Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen, à unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.
- ☐ sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren.

Urteilskompetenz
- ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen,
- ☐ die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen,
- ☐ den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren.

Jahrgangsstufe **9**	Dauer des UV **8**	Verknüpfung mit BF 1

Thema des UV:

Staffellauf:

Verschiedene Staffellaufformen unter Wettkampfbedingungen durchführen (mit Start, Übergaberegeln usw.)

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld d: Leistung

Inhaltliche Kerne:

- ☐ grundlegendes leichtathletisches Bewegen – leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit
- ☐ Leistungsverständnis im Sport

BWK:

- ☐ einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben,
- ☐ koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen.

Methodenkompetenz

- ☐ sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren.

Urteilskompetenz

- ☐ die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen,

Jahrgangsstufe **9**	Dauer des UV: 14 Stdn.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Synchron turnen auf einer Gerätebahn

BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen

Inhaltliche Kerne:

- ☐ normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen

BWK:

- ☐ turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren,
- ☐ grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung
- ☐ Inhaltsfeld c: Wagnis und Verantwortung
- ☐ Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- ☐ Variation von Bewegung
- ☐ Präsentation von Bewegungsgestaltungen
- ☐ Handlungssteuerung
- ☐ Unfall- und Verletzungsprophylaxe

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben, à für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern..
- ☐ emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben,
- ☐ die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern.
- ☐ Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben,.

Methodenkompetenz

- ☐ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.
- ☐ kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden
- ☐ Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern.
- ☐ Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen.

Urteilskompetenz

- ☐ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegen-dem Niveau kriteriengeleitet beurteilen.
- ☐ 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.
- ☐ die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen

Jahrgangsstufe **9**	Dauer des UV: 10- 12 Stdn.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Rope Skipping: Sprung- und Schwungelemente originell zu einer Gruppenkomposition unter Berücksichtigung von „Raum, Zeit und Kontrasten“ zusammenfügen

BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Kerne:

- ☐ gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Variation von Bewegung
- ☐ Präsentation von Bewegungsgestaltungen – Ausgangspunkte von Gestaltungen

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,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ☐ ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen,

Methodenkompetenz

- ☐ analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motori-scher Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen,
- ☐ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.
- ☐ Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten,
- ☐ kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden.

Urteilskompetenz

- ☐ Die Schülerinnen und Schüler können à Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen,
- ☐ den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motori-scher Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen,
- ☐ den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten.
- ☐ die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen,
- ☐ gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zu-schauer) beurteilen.

Jahrgangsstufe **9**	Dauer des UV: 16 Stdn.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Turnierformen im Basketball bzw. Badminton:

Verschiedene Turnierformate (z.B. in Gruppenarbeit) mit und ohne besondere Regeln planen und durchführen

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

Inhaltsfelder:
- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Kerne:
- ☐ Mannschaftsspiele (**Basketball**, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)

Inhaltliche Schwerpunkte:
- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
- ☐ Interaktion im Sport

BWK:
- ☐ sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen,
- ☐ in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz
- ☐ wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen
- ☐ Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern,
- ☐ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unter-schiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwen-digkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.

Methodenkompetenz
- ☐ Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren,

Urteilskompetenz
- ☐ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen
- ☐ das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen.

Jahrgangsstufe **9**	Dauer des UV: 16 Stdn.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

Vorbereitende Übungs- und Spielformen zum (Beach-)Volleyball

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

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Kerne:

- ☐ Mannschaftsspiele (**Basketball**, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐

BWK:

- ☐ eine Sportspielvariante (z.B. Beachvolleyball, Streetball, Floorball) oder ein alter-natives Mannschafts- oder Partnerspiel (z.B. Korfball, Tchoukball, Baseball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen.

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen
- ☐

Methodenkompetenz

- ☐

Urteilskompetenz

- ☐ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen
- ☐

Jgst. 10

Jahrgangsstufe **10**	Dauer des UV: 6 Stdn.	Verknüpfung mit allen anderen BF

Thema des UV:

Koordinative Herausforderungen schaffen:
Stationen zu koordinativen Fähigkeiten entwerfen und mit der Klasse durchführen und analysieren

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	**Inhaltsfelder:** ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: ☐ motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness	***Inhaltliche Schwerpunkte:*** ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung ☐ Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
BWK: ☐ ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungs-situationen sachgemäß durchführen,	**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen** **Sachkompetenz** ☐ die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben, ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern **Methodenkompetenz** ☐ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden **Urteilskompetenz** ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen

Jahrgangsstufe **10**	Dauer des UV: 10- 12 Stdn.	Verknüpfung mit

Thema des UV:

(Stepp-)Aerobic: Grundschritte in der Gruppe verknüpft mit Armbewegungen zu einer Choreographie abwechslungsreich gestalten und in der Klasse vermitteln

BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Kerne:

- ☐ gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Variation von Bewegung
- ☐ Präsentation von Bewegungsgestaltungen – Ausgangspunkte von Gestaltungen

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,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ☐ ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen,

Methodenkompetenz

- ☐ analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motori-scher Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen,
- ☐ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.
- ☐ Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten,
- ☐ kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden.

Urteilskompetenz

- ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen,
- ☐ den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motori-scher Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen,
- ☐ die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen,

Jahrgangsstufe **10**	Dauer des UV: BF-übergreifend	Verknüpft mit allen anderen BF

Thema des UV:

Sich sachgemäß auf sportliche Anforderungen vorbereiten

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltsfelder:
- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltliche Kerne:
- ☐ allgemeines und spezielles Aufwärmen

Inhaltliche Schwerpunkte:
- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Struktur und Funktion von Bewegungen
- ☐ Unfall- und Verletzungsprophylaxe
- ☐ gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

BWK:
- ☐ sich funktional und wahrnehmungsorientiert allgemein und sportartspezifisch aufwärmen,
- ☐ ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz
- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ☐ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.
- ☐ Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern

Methodenkompetenz
- ☐

Urteilskompetenz
- ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen,

Jahrgangsstufe **10**	**Dauer des UV 8**	**Verknüpfung mit BF 1**

Thema des UV:

Kugelstoßen als neue leichtathletische Disziplin erleben

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltsfelder:
- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld d: Leistung

Inhaltliche Kerne:
- ☐ grundlegendes leichtathletisches Bewegen
- ☐ leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)

Inhaltliche Schwerpunkte:
- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung – Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- ☐ Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit

BWK:
- ☐ eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoßen, Hochsprung) in der Grobform ausführen,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz
- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ☐ grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben,
- ☐ koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen.

Methodenkompetenz
- ☐ analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motori-scher Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen, à unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.
- ☐ sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren.

Urteilskompetenz
- ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen,
- ☐ die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen,

Jahrgangsstufe **10**	Dauer des UV **16**	Verknüpfung mit BF 1

Thema des UV:

Sich auf einen leichtathletischen (Team-) Mehrkampf vorbereiten

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld d: Leistung

Inhaltliche Kerne:

- ☐ grundlegendes leichtathletisches Bewegen
- ☐ leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit

BWK:

- ☐ eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoßen, Hochsprung) in der Grobform ausführen,
- ☐ einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben,
- ☐ koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen.

Methodenkompetenz

- ☐ einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen,

Urteilskompetenz

- ☐ die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen,

Jahrgangsstufe **10**	Dauer des UV: 12 Stdn.	Verknüpfung mit BF1

Thema des UV:

Le Pacour

BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen

Inhaltsfelder:
- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld c: Wagnis und Verantwortung
- ☐ Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltliche Kerne:

- ☐ normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen

Inhaltliche Schwerpunkte:
- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- ☐ Handlungssteuerung
- ☐ Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen
- ☐ Unfall- und Verletzungsprophylaxe

BWK:

- ☐ turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz
- ☐ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ☐ emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben, à die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern.
- ☐ Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben,
- ☐ Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern.

Methodenkompetenz
- ☐ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.
- ☐ Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden,
- ☐ Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern.
- ☐ die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten

Urteilskompetenz
- ☐ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegen-dem Niveau kriteriengeleitet beurteilen.
- ☐ 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.
- ☐ gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen

Jahrgangsstufe **10**	Dauer des UV: 16 Stdn.	Verknüpfung mit BF1

Thema des UV:

Basketball: Spiel- und Übungsformen zur Einführung in gruppentaktisches Spielverhalten

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

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Kerne:

- ☐ Mannschaftsspiele (**Basketball**, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
- ☐ Interaktion im Sport

BWK:

- ☐ sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen,
- ☐ in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden,

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen
- ☐ Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern,
- ☐ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unter-schiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.

Methodenkompetenz

- ☐ einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden,

Urteilskompetenz

- ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen
- ☐ sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten

Jahrgangsstufe **10**	**Dauer des UV: 10 Stdn.**	**Verknüpfung mit BF 1**

Thema des UV:

Was haben die Spiele Tschoukball und Handball gemeinsam, was unterscheidet sie

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

Inhaltsfelder:

- ☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- ☐ Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Kerne:

- ☐ Mannschaftsspiele (**Basketball**, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- ☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
- ☐ Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
- ☐ Interaktion im Sport

BWK:

- ☐ sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen,
- ☐ eine Sportspielvariante (z.B. Beachvolleyball, Streetball, Floorball) oder ein alter-natives Mannschafts- oder Partnerspiel (z.B. Korfball, Tchoukball, Baseball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen.

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ☐ wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen
- ☐ Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern,
- ☐ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unter-schiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.

Methodenkompetenz

- ☐ in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen.

Urteilskompetenz

- ☐ Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen
- ☐ das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander-der, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen.

<table>
<tr><td>Jahrgangsstufe 10</td><td>Dauer des UV: 10 Stdn.</td><td>Verknüpfung mit</td></tr>
<tr><td colspan="3">Thema des UV:
(Beach-) Volleyball: Heranführende Übungs- und Spielformen zu Ballannahme und Spielaufbau</td></tr>
<tr><td colspan="2">BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</td><td>Inhaltsfelder:
☐ Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</td></tr>
<tr><td colspan="2"><u>Inhaltliche Kerne:</u>
☐ Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</td><td>Inhaltliche Schwerpunkte:
☐ Wahrnehmung und Körpererfahrung
☐ Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen</td></tr>
<tr><td colspan="2" rowspan="4">BWK:
☐ in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden,
☐ eine Sportspielvariante (z.B. Beachvolleyball, Streetball, Floorball) oder ein alter-natives Mannschafts- oder Partnerspiel (z.B. Korfball, Tchoukball, Baseball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen.</td><td>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</td></tr>
<tr><td>Sachkompetenz
☐ wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen
☐ die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben</td></tr>
<tr><td>Methodenkompetenz</td></tr>
<tr><td>Urteilskompetenz
☐ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen
☐</td></tr>
</table>