

SCHULINTERNER LEHRPLAN
SPORT
SEKUNDARSTUFE II

**STÄDTISCHES
GYMNASIUM**
augustinianum
GREVEN

SCHULINTERNER LEHRPLAN SPORT
GYMNASIUM - SEKUNDARSTUFE II

INHALT

1	VORWORT	1
2	GRUNDSÄTZE DER LEISTUNGSBEWERTUNG IM FACH SPORT	2-6
3	UNTERRICHTSVORHABEN IN DER EINFÜHRUNGSPHASE (EP)	7-22
1.1	BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	11-12
1.2	BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	13-14
1.3	BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	15-16
1.4	BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	17-18
1.5	BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen	19-20
1.6	BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	21-22
4	PROFILBILDUNG IN DER QUALIFIKATIONSPHASE (Q)	23-160
1.1	Kursprofil G1	24-48
	BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	
	BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Badminton	
1.2	Kursprofil G2	49-63
	BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	
	BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Fußball	
1.3	Kursprofil G3	64-88
	BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	
	BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Handball	
1.4	Kursprofil G4	89-113
	BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen	
	BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Volleyball	
1.5	Kursprofil G5	114-138
	BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	
	BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Basketball	
1.6	Kursprofil G6	139-160
	BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	
	BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	

EINFÜHRENDE WORTE ZUR ENTSTEHUNG UND VORLÄUFIGKEIT DES LEHRPLANS

ZUORDNUNG DER KOMPETENZERWARTUNGEN UND INHALTLICHEN SCHWERPUNKTE ZU DEN UNTERRICHTSVORHABEN DER GYMNASIALEN OBERSTUFE

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

Im Folgenden werden diese Übersichten dargestellt, welche die Dauer des Unterrichtsvorhabens, seine intentionale Ausrichtung durch pädagogische Perspektiven sowie damit einhergehende inhaltliche Zielsetzungen verdeutlichen. Die Kompetenzerwartungen sowie die konkreten inhaltlichen Schwerpunkte werden im Einzelnen in einer Übersicht dargestellt.

Für die unterrichtliche Umsetzung wurden hierzu einzelne Unterrichtskarten entwickelt, die über die oben genannten Informationen, die didaktischen und methodischen Schwerpunkte, mögliche Aufgabenformate, Vereinbarungen zu Lernerfolgsüberprüfungen und zur Leistungsbewertung als gemeinsame Absprache in der Fachkonferenz verbindlich festschreiben.

Die unterschiedlichen Farben kennzeichnen die einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche, die dem jeweiligen Unterrichtsvorhaben zu Grunde liegen:

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB1)
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB3)
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB4)
Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB5)
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste (BF/SB6)
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (BF/SB7)
Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport (BF/SB8)
Ringern und Kämpfen – Zweikampfsport (BF/SB9)

GRUNDSÄTZE DER LEISTUNGSBEWERTUNG IM FACH SPORT

KOMPETENZBEREICHE DER JEWEILIGEN UV AUF DER GRUNDLAGE DER ENTSPRECHENDEN BEWEGUNGSFELDER/SPORTBEREICHE

Vor dem Hintergrund individuellen Leistungsvermögens:

BEWEGUNGS- UND WAHRNEHMUNGSKOMPETENZ

- psycho-physische,
- technisch-koordinative,
- taktisch-kognitive,
- ästhetisch-gestalterische Fertigkeiten und Fähigkeiten
- Einbringen von Wissen (Fach- und Sachkenntnisse)

METHODENKOMPETENZ

- selbstständiges Arbeiten (allein und in der Gruppe), sowohl
- methodisch-strategisch als auch sozial-kommunikativ
- Beschaffung von Fachwissen
- Problemstellungen und Bewegungsaufgaben selbständig lösen
- Handlungspläne und Lösungswege selbständig erarbeiten und strukturieren

URTEILSKOMPETENZ

- konstruktive Auseinandersetzung mit (Vor-)Wissen und
- erlebten sportlichen Erfahrungen durch begründetes
- Rückmelden und Beurteilen
- Einordnen und Reflektieren von eigenen und beobachteten Lernsituationen

SPORTBEZOGENE VERHALTENSDIMENSIONEN

- Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen (z.B. selbstständiges und verantwortliches Gestalten von Handlungssituationen, Herrichten von Spielflächen und Geräten, Verteilen von Rollen, Bildung von Mannschaften, Vereinbaren von Regeln)
- Leistungsbereitschaft (z.B. engagierte und motivierte Mitarbeit, kontinuierliche Mitarbeit auch hinsichtlich der Leistungsfähigkeit)
- Selbstständigkeit (z.B. Auf- und Abbau, Eigenverantwortung für Sicherheit, Aufwärmen, Üben, Trainieren, angemessene Sportkleidung)
- Fairness, Kooperation (z.B. fairer Umgang miteinander, gegenseitiges Unterstützen)

Die Leistungsbewertung erfolgt sowohl durch punktuelle als auch unterrichtsbegleitende Formen der Überprüfung.

Der Bereich der Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz bildet innerhalb der Bewertung den Schwerpunkt. Für die weiteren Bereiche gilt, dass das sportbezogene Verhalten stärker gewichtet wird als die Methoden- und Urteilskompetenz.

GRUNDSÄTZE DER FACHMETHODISCHEN UND FACHDIDAKTISCHEN ARBEIT

Unter Berücksichtigung des Leitbildes hat die Fachkonferenz des Augustinianums die folgenden fachmethodischen und fachdidaktischen Grundsätze beschlossen. In diesem Zusammenhang beziehen sich die Grundsätze 1 bis 14 auf fächerübergreifende Aspekte, die auch Gegenstand der Qualitätsanalyse sind, die fachspezifischen Grundsätze folgen im Anschluss.

Überfachliche Grundsätze:

- 1.) Geeignete Problemstellungen zeichnen die Ziele des Unterrichts vor und bestimmen die Struktur der Lernprozesse.
- 2.) Inhalt und Anforderungsniveau des Unterrichts entsprechen dem Leistungsvermögen der Schüler/innen.
- 3.) Die Unterrichtsgestaltung ist auf die Ziele und Inhalte abgestimmt.
- 4.) Medien und Arbeitsmittel sind schülernah gewählt.
- 5.) Die Schüler/innen erreichen einen Lernzuwachs.
- 6.) Der Unterricht fördert eine aktive Teilnahme der Schüler/innen.
- 7.) Der Unterricht fördert die Zusammenarbeit zwischen den Schülern/innen und bietet ihnen Möglichkeiten zu eigenen Lösungen.
- 8.) Der Unterricht berücksichtigt die individuellen Lernwege der einzelnen Schüler/innen.
- 9.) Die Schüler/innen erhalten Gelegenheit zu selbstständiger Arbeit und werden dabei unterstützt.
- 10.) Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Partner- bzw. Gruppenarbeit.
- 11.) Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Arbeit im Plenum.
- 12.) Die Lernumgebung ist vorbereitet; der Ordnungsrahmen wird eingehalten.
- 13.) Die Lehr- und Lernzeit wird intensiv für Unterrichtszwecke genutzt.
- 14.) Es herrscht ein positives pädagogisches Klima im Unterricht.

Fachliche Grundsätze:

Der Sportunterricht am Augustinianum folgt den Prinzipien eines **erziehenden Sportunterrichts**. Die Unterrichtsgestaltung ist durch schüleraktivierendes und selbst gesteuertes Lernen geprägt.

Im Sinne der **Kompetenzorientierung** geht es im Sportunterricht darum, erworbenes Wissen über sportliche Zusammenhänge sowie motorisches Können in unterschiedlichen Anforderungssituationen anwenden zu können.

Dazu werden von den Fachkolleginnen und Kollegen **individualisierte Lernarrangements** geschaffen, die auf der **Diagnose der Lernausgangslage** basieren und an den Stärken der Schülerinnen und Schüler ausgerichtet sind. Offene Aufgabenformate wie z.B. Lernaufgaben finden verstärkt Berücksichtigung. Somit werden im Sportunterricht in allen Kursen und in allen Bewegungsfeldern und Sportbereichen Lernprodukte erstellt und diskutiert.

Die Reflexion über Ziele und Methoden sowie die Beurteilung von Lernwegen und Lernprodukten erfolgt nach dem Prinzip der **reflektierten Praxis** auf der Übungsstätte. Diese Verknüpfung von Theorie und Praxis führt zu einem bewussten Lernen und sichert Kenntnisse in den Kompetenzbereichen Sach- Methoden- und Urteilskompetenz. Wesentliche Unterrichtsergebnisse werden gesichert und visualisiert, damit dieser Erkenntnisgewinn im Verlauf des Unterrichtsvorhabens weiter genutzt werden kann.

Im Grundkurs bleiben einzelne Theoriestunden die Ausnahme. In der Regel wird im Sportunterricht eine **Praxis-Theorie-Verknüpfung** angestrebt.

Beiträge zur Unterrichtsgestaltung u.a. unterschiedliche Formen der selbstständigen und kooperativen Aufgabenerfüllung innerhalb eines Unterrichtsvorhabens gehören zu den Bestandteilen der sonstigen Mitarbeit und sind von allen Schülerinnen und Schülern in jedem Halbjahr zu erbringen.

Hausaufgaben dienen der Vorbereitung, Nachbereitung, Vertiefung und Erweiterung der Unterrichtsinhalte. Im Grundkurs werden sie nur dann gestellt, wenn sie der Vorbereitung des Unterrichts dienen oder die im Unterricht initiierten Prozesse der Vertiefung oder Dokumentation bedürfen.

GRUNDSÄTZE DER LEISTUNGSBEWERTUNG UND LEISTUNGSRÜCKMELDUNG

Auf der Grundlage von § 48 SchulG, § 13 APO-GOST sowie Kapitel 3 des Kernlehrplans Sport hat die Fachkonferenz im Einklang mit dem entsprechenden schulbezogenen Konzept die nachfolgenden Grundsätze zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen. Die nachfolgenden Absprachen stellen die Minimalanforderungen an das lerngruppenübergreifende gemeinsame Handeln der Fachkonferenzmitglieder dar. Bezogen auf die einzelne Lerngruppe kommen ergänzend weitere der in den Folgeabschnitten genannten Instrumente der Leistungsüberprüfung zum Einsatz.

Verbindliche Absprachen:

In der Qualifikationsphase wird in allen Sportkursen unabhängig von der Wahl des Profils von den Schülerinnen und Schülern eine Ausdauerleistung erbracht. Die Fachkonferenz Sport erarbeitet ein Konzept für die unterschiedlichen Sportkurse, das sowohl die leistungsmäßigen als auch die gesundheitlichen Aspekte bzgl. der entsprechenden Kompetenzerwartungen berücksichtigt.

Weiterhin strebt die Fachkonferenz unabhängig von den Kursprofilen eine Vergleichbarkeit der Leistungen an. Dazu werden folgende Vereinbarungen getroffen:

ABSPRACHEN ZUR VERGLEICHBARKEIT DER ANFORDERUNGEN IN DER LEISTUNGSBEWERTUNG

A. Generelle Absprachen zur Leistungsbewertung, die unabhängig vom Bewegungsfeld und den jeweiligen Inhaltsfeldern getroffen werden können: Bewertet wird, wie der Schüler

1. sein Bewegungskönnen zeigt (u. a. technisches, taktisches, konditionelles, kreativ-gestalterisches Können),
2. sich auf Unterrichtssituationen einlässt,
3. Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringt,
4. Erfahrungen, Kenntnisse strukturiert wiedergibt,
5. Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern kann,
6. motorische Grundeigenschaften funktionell erweitert hat,
7. sportliches Können weiterentwickeln kann und
8. sportliches Handeln zusammen mit anderen regeln kann

B. Verbindliche und mögliche Absprachen über Lernerfolgskontrollen im Bereich „Sonstige Mitarbeit“:

1. Sportmotorische Leistungen in den Bewegungsfeldern/Sportbereichen werden quantitativ und qualitativ bewertet. (Konkretisierungen siehe Kursprofile)
2. Die einem Bewegungsfeld/Sportbereich zugehörigen konditionellen und koordinativen Fähigkeiten müssen in die Bewertung einbezogen werden.

Konkretisierung zu 1 und 2:

- *mindestens eine quantitative Messung und/oder eine qualitative Messung (z.B. Demonstration) pro Halbjahr (abhängig vom Kursprofil)*
 - *mindestens eine Leistungsüberprüfung (z.B. schriftl. Wdh., Referate, Präsentation, Demonstration) zu einem konditionellen Leistungsfaktor (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit)bezogen auf die profilbildenden Bewegungsfelder und Sportbereiche*
3. Überprüft und bewertet werden Lernerfolge hinsichtlich fachspezifisch wichtiger Schlüsselqualifikationen (Beharrlichkeit, Leistungsbereitschaft, Kreativität, etc.).
 4. Überprüft und bewertet werden fachliche Kenntnisse und methodische Fähigkeiten.

Konkretisierung zu 3 und 4:

- Kooperation wird gemäß dem gemeinsam erarbeiteten Bewertungsbogen¹ bewertet.
- Einmal in der Qualifikationsphase muss eine Gruppenleistung bewertet werden
- Überprüfungsformen zu 4 sind in erster Linie Beiträge zur Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsgesprächen. Einmal in der Qualifikationsphase muss eine schriftliche Übung durchgeführt werden.

¹ s. Teil D

KRITERIEN FÜR DIE BEWERTUNG DES TEILBEREICHS KOOPERATION IM SPORTUNTERRICHT ALS BESTANDTEIL DER „SOMI“

<i>sehr gut</i>	<i>gut</i>
Die Schülerin/der Schüler arbeitet mit anderen sehr kooperativ und verantwortungsbewusst zusammen, ist aufgeschlossen gegen-über anderen, ist meinungsbildend und gleichzeitig tolerant.	Die Schülerin/der Schüler arbeitet mit anderen erfolgreich zusammen, ist zuverlässig, initiativ und hilfsbereit.
<i>befriedigend</i>	<i>ausreichend</i>
Die Schülerin/der Schüler verhält sich in der Gruppe kooperativ, kommunikationsfreudig und mitteilungsbereit.	Die Schülerin/der Schüler ist nicht immer bereit mit anderen zusammenzuarbeiten, hält sich mehr im Hintergrund.
<i>mangelhaft</i>	<i>ungenügend</i>
Die Schülerin/der Schüler hat Mühe mit anderen zusammen-zuarbeiten und braucht wiederholt genaue Arbeitsanweisungen. Die Umgangsformen sind eher konfrontativ als kooperativ.	Die Schülerin/der Schüler zeigt sich wiederholt unwillig mit anderen zusammenzuarbeiten, ist uneinsichtig und unbelehrbar. Die Umgangsform ist ausschließlich konfrontativ.

ENTSCHEIDUNGEN ZU FACH-/UNTERRICHTSÜBERGREIFENDEN FRAGEN

Zusammenarbeit mit dem Fach Biologie

In der EP stimmen sich die Fächer Biologie und Sport inhaltlich und zeitlich bezüglich des übergeordneten Themas „Grundlagen der sportlichen Leistung“ ab. Dabei übernimmt das Fach Biologie einen Großteil der stoffwechselphysiologischen Aspekte im Hinblick auf die Energiebereitstellung im menschlichen Körper und die Funktionsweise der Skelettmuskulatur. Im Sportunterricht werden dann Trainingsaspekte besprochen, die bei der erfolgreichen Schulung der aeroben Ausdauer und der damit verbundenen alaktaziden Energiebereitstellung im Muskel berücksichtigt werden müssen. Anschließend werden diese dann unter Praxis Gesichtspunkten (Vorbereitung des 5000m-Laufs) erprobt und im Anschluss reflektiert.

Differenzierungskurs

Die Fachkonferenz Sport bietet in der Mittelstufe einen Differenzierungskurs mit den Schwerpunkten Sportkultur, Sportbiologie, Sportgeschichte, Trainingswissenschaften, Bewegungslehre, Biomechanik, Sport und Umwelt an.

QUALITÄTSSICHERUNG UND EVALUATION

Maßnahmen der fachlichen Qualitätskontrolle

Am Augustinianum soll der Unterricht zukünftig regelmäßig durch ein standardisiertes Verfahren evaluiert werden (Evaluationskonzept/Schülerfeedback). Auch die Arbeit der Fachkonferenz wird in regelmäßigen Abständen evaluiert. Weitere Arbeits- und Fortbildungsschwerpunkte der Fachkonferenz (Auffrischung der Rettungsfähigkeit, weitere fachkonferenzinterne Fortbildungen, Weiterentwicklung von Aufgabenformaten etc.), werden dementsprechend systematisch dokumentiert und perspektivisch entwickelt.

Pläne zur regelmäßigen Evaluation des schulinternen Curriculums

Die Fachkonferenz Sport evaluiert in regelmäßigen Abständen die Qualität und Gestaltung ihrer Profile. Bei veränderten Ausgangsbedingungen (neues Sportstättenangebot, Kooperation mit schulischen und außerschulischen Partnern, neuen Trendsportarten etc.) können auf der Basis des KLP Sport jederzeit Anpassungen vorgenommen werden. Dieses beinhaltet auch neue Kursprofile, sowie ggf. die Einrichtung von Projektkursen.

SCHULINTERNER LEHRPLAN SPORT SEKUNDARSTUFE II – EINFÜHRUNGSPHASE (EP)

BF/SB 3: LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN - LEICHTATHLETIK

Schwerpunkt: Inhaltsfeld d - Leistung

BF/SB 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE

Schwerpunkt: Inhaltsfeld e - Kooperation und Konkurrenz

BF/SB 6: GESTALTEN, TANZEN, DARSTELLEN - GYMNASTIK/TANZ,
BEWEGUNGSKÜNSTE

Schwerpunkt: Inhaltsfeld b - Bewegungsgestaltung

BF/SB 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND
BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Schwerpunkt: Inhaltsfeld f - Gesundheit

BF/SB 5: BEWEGEN AN GERÄTEN – TURNEN

Schwerpunkt: Inhaltsfeld c - Wagnis und Verantwortung

BF/SB 3: LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN - LEICHTATHLETIK

Schwerpunkt: Inhaltsfeld a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

UMRISSPLANUNG (OBLIGATORIK) FÜR DIE BEIDEN HALBJAHRE DER EINFÜHRUNGSPHASE

NR. UV	THEMEN DER UNTERRICHTSVORHABEN	BEZUG ZU DEN BF	INHALTSFELD (FETT: LEITEND/ ERGÄNZEND)	BEZUG ZU DEN KE	DAUER DES UV
1	<i>„Mach mit -Fit für den 5km Mini-Marathon“- die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren.</i>	BF 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	D F	BWK 3.2 SK d1/ f1 MK d1 /f1 UK d1/ f1	ca. 9 x 60 min
2	<i>Midi-Taktik (4:4) im Volleyball“ – Erarbeitung und Vertiefung der technischen Grundfertigkeiten (Pritschen und Baggern) im Volleyball mit dem Schwerpunkt der Anwendung im Spiel 4:4 auf dem Halbfeld.</i>	BF7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	E D	BWK 7.1 SK a1/ e1 MK a1/ e1 UK a1/ e1	ca. 9 x 60 min
3	<i>Von der Body-Percussion zum Tanz – Erarbeitung und Präsentation einer Body-Percussion-Tanz-Gestaltung unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum.</i>	BF6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	B E	BWK 6.1 SK b1 MK b1/ e1 UK b1	ca. 5-9 x 60 min
4	<i>„Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein“ – Entwicklung und Demonstration eines individuell angemessenen Fitnessprogramms für die großen Muskelgruppen (Arme, Beine, Rücken, Bauch) inklusive der passenden Dehnmethode.</i>	BF1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	F D	BWK 1.1/ 1.2 SK d1/ f1 MK f1 UK d1	ca. 9 x 60 min
5	<i>„Wir turnen gemeinsam!“ – Gestaltung einer Gerätekombination in Kleingruppen mit turnerischen, gymnastischen und akrobatischen Elementen unter Berücksichtigung ausgewählter gestalterischer Kriterien.</i>	BF5: Bewegen an Geräten - Turnen	C E	BWK 5.2/ 5.3 SK b1/ c1 MK b1/ c1 UK b1/ c1	ca. 8 x 60 min
6	<i>„Wir erproben eine neue Disziplin“ – Erlernen einer in der Sek I noch nicht erprobten Disziplin der Leichtathletik mithilfe unterschiedlicher Lernwege</i>	BF 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	A E	BWK 3.1/ 3.2 SK a1 MK a1 UK a1/ d1	ca. 9 x 60 min

ÜBERSICHT ÜBER DIE BEWEGUNGSSPEZIFISCHEN KOMPETENZERWARTUNGEN IN DER EP

BEWEGUNGSFELDER UND SPORTBEREICHE	BEWEGUNGS- UND WAHRNEHMUNGSKOMPETENZ
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<ul style="list-style-type: none"> - ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren. - unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.
<i>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</i>	<ul style="list-style-type: none"> - eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf). - einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.
<i>Bewegen im Wasser – Schwimmen</i>	<ul style="list-style-type: none"> - eine Schwimmdisziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen. - Spiel- und Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen gemeinschaftlich durchführen.
<i>Bewegen an Geräten – Turnen</i>	<ul style="list-style-type: none"> - unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Schwebebalken, Schaukelringe) ausführen und miteinander kombinieren. - turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren. - Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.
<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste</i>	<ul style="list-style-type: none"> - eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren. - ein (Hand-)Gerät / Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen.
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</i>	<ul style="list-style-type: none"> - in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden. - Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.
<i>Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport</i>	<ul style="list-style-type: none"> - ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen. - in Bewegungssituationen sportartspezifische Gefahrenmomente einschätzen und ihr Bewegungshandeln situationsangemessen und verantwortlich anpassen.
<i>Ringern und Kämpfen – Zweikampfsport</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Körper- und Kampftechniken im direkten Wechselspiel von Angreifen und Täuschen sowie Abwehren und Ausweichen kontrolliert unter wettkampfnahen Bedingungen anwenden. - in der kämpferischen Auseinandersetzung das eigene Verhalten und das Verhalten anderer hinsichtlich der Leistungsfähigkeit einschätzen und darauf adäquat reagieren.

ÜBERSICHT ÜBER BEWEGUNGSFELDÜBERGREIFENDE KOMPETENZERWARTUNGEN IN DER EP

INHALTSFELDER (IF)	SACHKOMPETENZ (SK)	METHODENKOMPETENZ (MK)	URTEILSKOMPETENZ (UK)
<i>Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a): Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</i>	- unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben.	- unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden.	- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.
<i>Bewegungsgestaltung (b): Gestaltungskriterien</i>	- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern.	- Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.	- eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.
<i>Wagnis und Verantwortung (c): Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</i>	- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.	- in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.	- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.
<i>Leistung (d): Trainingsplanung und -organisation</i>	- allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern, - unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern.	- einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch).	- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.
<i>Kooperation und Konkurrenz (e): Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</i>	- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.	- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).	- die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.
<i>Gesundheit (f): Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</i>	- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.	- sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen.	- die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen.

THEMA DES UV: „Mach mit -fit für den 5km Mini-Marathon“- die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren.

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 3	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	BF/SB 3: IK1	a1, f1	D / F	EP	9 x 60min	4	1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen. (BWK 3.2)

sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern, (d1)
- ...Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (f1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch). (d1)
- ...sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen. (f1)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen. (d1)
- ...die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen. (f1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- Leistung (d) – Trainingsplanung und -organisation (d1)
- Gesundheit (f) – Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f1)

Inhaltliche Kerne:

- BF/SB3: IK1 – Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 3: LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN – LEICHTATHLETIK

Thema des UV: „Mach mit -fit für den 5km Mini-Marathon“- die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren.

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • individuelle aerobe und anaerobe Belastungen wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen • Anpassung der Laufgeschwindigkeit an die individuelle Leistungsfähigkeit • Belastungsgrößen beim Ausdauertraining (Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) benennen und zur Gestaltung eines Trainings erläutern • Erstellung eines individuellen Lauf-Trainingsplans <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aerob-anaerobe Schwelle • Maximalpuls, Trainingspuls • Laktat • Leistungshomogenität • Intervallmethode, Dauermethode • Herzfrequenz, Belastungspuls, Ruhepuls, Maximalpuls 	<ul style="list-style-type: none"> • Dokumentation des individuellen Leistungszuwachses (Trainingstagebuch) • individuelles Training in leistungshomogenen Gruppen • eigenständig organisiertes Lauftraining in kleinen Gruppen außerhalb des Unterrichts 	<ul style="list-style-type: none"> • Messung der Pulsfrequenz • Training nach der (extensiven/intensiven) Intervallmethode • Training nach der Dauerperiode • Trainingsprinzipien (z.B. „Prinzip der optimalen Relation von Belastung und Erholung“) • Belastungsnormative (Intensität, Dauer, Umfang, Dichte, Häufigkeit) 	<ul style="list-style-type: none"> • Intervall-Läufe • Dauerläufe • Zeitläufe (15-45 Min.) • Ermittlung der Herzfrequenz vor, während und nach der Belastung 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Durchhaltevermögen • ggf. Referate zu allgemeinen Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining und unterschiedlichen Belastungsgrößen <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • abschließender 5km-Lauf mit Zeitmessung • Bewertung des Trainingsplans und des Trainingsfortschritts <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • schulinterne Leistungstabelle (5km schnellstmöglich ohne Unterbrechung laufen) • Engagement • ggf. Dokumentation im Trainingstagebuch

THEMA DES UV: „Midi-Taktik (4:4) im Volleyball“ – Erarbeitung und Vertiefung der technischen Grundfertigkeiten (Pritschen und Baggern) im Volleyball mit dem Schwerpunkt der Anwendung im Spiel 4:4 auf dem Halbfeld.

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB 7: IK1	a1, e1	E / A	EP	9 x 60min	-----	2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...im Mannschaftsspiel Volleyball gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden. (BWK 7.1)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. (a1)
- ...grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (e1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...unterschiedliche Hilfen (z.B. Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. (a1)
- ...sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (e1)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen. (a1)
- ...die Bedeutung und Auswirkung von Gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (e1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) – Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a1)
- Kooperation und Konkurrenz (e) – Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)

Inhaltliche Kerne:

- BF/SB 7: IK1 – Mannschaftsspiel (Volleyball)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (VOLLEYBALL)

Thema des UV: „Midi-Taktik (4:4) im Volleyball“ – Erarbeitung und Vertiefung der technischen Grundfertigkeiten (Pritschen und Baggern) im Volleyball mit dem Schwerpunkt der Anwendung im Spiel 4:4 auf dem Halbfeld

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • technische (oberes und unteres Zuspiel und Aufschlag) und taktische Fertigkeiten (Aufstellung in Angriff und Abwehr) und Fähigkeiten erwerben und ggf. vertiefen (Angriffsschlag und Block) • Entwickeln und Anwenden von regelkonformem Spielverständnis (z.B. Spielpositionen, Rotationsprinzip) • Aufgaben eines Zuspielers begreifen und im Spiel 4:4 auf dem Halbfeld anwenden <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • oberes und unteres Zuspiel (Pritschen, Baggern) • Spielpositionen und Rotationsprinzip 	<ul style="list-style-type: none"> • gezielte Fehlerkorrektur anhand von Partnerkorrektur und Beobachtungsbögen • Methodische Übungsreihe • Lehrer- und Schülerdemonstration • Erproben verschiedener Spielsituationen 	<ul style="list-style-type: none"> • grundlegende taktische Maßnahmen • Organisation des Zusammenspiels 	<ul style="list-style-type: none"> • spielspezifische Technikfertigkeiten und grundlegende taktische Maßnahmen • Organisation des Zusammenspiels 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • individueller Lernfortschritt • Einhalten der Regeln <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikdemonstration: oberes und unteres Zuspiel • Spiel 4:4 auf dem Halbfeld (Schwerpunkt: Spielposition, Rotationsprinzip und Anwendung der erlernten Techniken (oberes und unteres Zuspiel)) <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • technisch korrekte Bewegungsausführung • situationsangepasstes Verhalten im Spiel

THEMA DES UV: Von der Body-Percussion zum Tanz – Erarbeitung und Präsentation einer Body-Percussion-Tanz-Gestaltung unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum.

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 6	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	BF/SB 6: IK 1	b1, e1	B/ E	EP	5-9 x 60 min	5	3

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren. (BWK 6.1)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern. (b1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. (b1)
- ...sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (e1)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten. (b1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- Bewegungsgestaltung (b) – Gestaltungskriterien (b1)
- Kooperation und Konkurrenz (e) – Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)

Inhaltliche Kerne:

- BF/SB 6: IK 1 – Tanz

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 6: GESTALTEN, TANZEN, DARSTELLEN - GYMNASTIK/TANZ, BEWEGUNGSKÜNSTE

Thema des UV: Von der Body-Percussion zum Tanz – Erarbeitung und Präsentation einer Body-Percussion-Tanz-Gestaltung unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum.

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung einfacher Bodypercussion-Elemente • Entwicklung von Bodypercussion-Kompositionen in Kleingruppen • Weiterentwicklung der Kompositionen unter Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterien • Takt, Tempo, Rhythmus 	<ul style="list-style-type: none"> • Von der Body-Percussion zur Tanz-Gestaltung in der Gruppe • Vormachen/ Nachmachen • Verbindung einzelner Elemente zu einer Choreographie • Entwicklung eigener Tanzschritte 	<ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterien: Takt, Tempo, Rhythmus, Raumwege 	<ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung verschiedener Schritt-kombinationen • Kombination von Schritten und Armbewegungen • Gestaltung einer Choreographie 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • individueller Lernfortschritt • Motivation und Anstrengungsbereitschaft <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Choreographie in der Gruppe <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterien: Takt, Tempo, Rhythmus, Raumwege

THEMA DES UV: „Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein“ – Entwicklung und Demonstration eines individuell angemessenen Fitnessprogramms für die großen Muskelgruppen inklusive der passenden Dehnmethode

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	BF/SB 1: IK2	d1, f1	F, D	EP	9 x 60 min	1	4

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...ein Fitnessprogramm (Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit) präsentieren. (BWK 1.1)
- ...unterschiedliche Dehnmethode im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden. (BWK 1.2)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern. (d1)
- ...Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (f1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen. (f1)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen. (d1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- Leistung (d) – Trainingsplanung und -organisation (d1)
- Gesundheit (f) – Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f1)

Inhaltliche Kerne:

- BF/SB 1: IK2 – Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein“ – Entwicklung und Demonstration eines individuell angemessenen Fitnessprogramms für die großen Muskelgruppen inklusive der passenden Dehnmethode

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ermittlung der individuellen konditionellen Fähigkeiten – insbesondere der Kraft • Kennenlernen der Belastungsnormative und allgemeiner Trainingsprinzipien und -methoden • Einsatz verschiedener Dehnmethode • Trainieren unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen mit dem Ziel des Kraftzuwachses • Trainieren unter Berücksichtigung gesundheitsorientierter Vorgaben (Prophylaxe) • Erarbeitung von Haltungsschäden und deren Ursache z.B. im Berufsalltag (Muskeldysbalancen) und deren Prävention <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kraftausdauer, Maximalkraft, Beweglichkeit, Dehnfähigkeit • Protagonist, Antagonist • Belastungsnormative (Reizdauer, Reizintensität, Pause, Wiederholung, ...) • Trainingsmethoden/ -prinzipien 	<ul style="list-style-type: none"> • Einzelarbeit und Partnerarbeit im Stationsbetrieb • Beobachtungskorrekturen durch einen Partner • Auswahl geeigneter Trainingsgewichte anhand der individuellen Voraussetzungen der Schülerinnen und Schüler • ggf. Besuch eines Fitnessstudios/ Krafraumes 	<ul style="list-style-type: none"> • funktions- und gesundheitsgerechte Übungen zur Kräftigung (vgl. UV 1.4 Sek. I) 	<ul style="list-style-type: none"> • Trainieren mit Gewichten und an Geräten • Trainieren ohne Geräte (mit dem Körpergewicht) • funktions- und gesundheitsgerechte Übungen zur Kräftigung (vgl. UV 1.4 Sek. I) • Circuit-Training 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • individuelle Leistungssteigerung • Dokumentation des Trainings • Verantwortungsvolles Trainieren mit dem Partner <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung der (Kraft-) Leistungsfähigkeit • Demonstration von Kraft- und Dehnübungen <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wiederholungszahl • Belastungsintensität • Kraftzuwachs (individuelle Steigerung der Kraftfähigkeit) <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verantwortungsvolles Trainieren mit dem Partner

THEMA DES UV: „Wir turnen gemeinsam!“ – Gestaltung einer Gerätekombination in Kleingruppen mit turnerischen, gymnastischen und akrobatischen Elementen unter Berücksichtigung ausgewählter gestalterischer Kriterien

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 5	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Bewegen an Geräten - Turnen	BF/SB 5: IK2	b1, c1	B / C	EP	8 x 60 min	3	5

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren. (BWK 5.2)
- ...Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden. (BWK 5.3)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern. (b1)
- ...den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben. (c1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. (b1)
- ...in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren. (c1)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten. (b1)
- ...den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen. (c1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- Bewegungsgestaltung (b) – Gestaltungskriterien (b1)
- Wagnis und Verantwortung (c) – Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c1)

Inhaltliche Kerne:

- BF/SB 5: IK2 – Normungebundenen Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 5: BEWEGEN AN GERÄTEN – TURNEN

Thema des UV: „Wir turnen gemeinsam!“ – Gestaltung einer Gerätekombination in Kleingruppen mit turnerischen, gymnastischen und akrobatischen Elementen unter Berücksichtigung ausgewählter gestalterischer Kriterien

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung und Präsentation einer Bewegungsaufgabe unter Verwendung einfacher gymnastischer und turnerischer Elemente (ggf. nach Musik) • Eigene Ideen unter besondere Berücksichtigung unterschiedlicher Raumwege, Raumebenen und Formationen in eine Choreographie einbinden • Verschiedene Geräte (Groß- oder Kleingeräte) als Teil einer Bewegungsgestaltung nutzen • Kennenlernen akrobatischer Elemente (z.B. Menschenpyramiden) und deren Integration in eine Choreographie <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Helfergriffe aus den Themenfeldern Akrobatik und Turnen • Wiederholung der Fachbegriffe aus der Sek.I (BF5 und BF6) 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit • optionale Gestaltung der Choreographie nach Musik • Vorgabe einer Pflichtauswahl an verschiedenen Geräten • selbständiger Einsatz der Hilfe-/Sicherheitsstellung 	<ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungs-kriterien (Raumwege, Raumebenen und Formationen) • Helfen und Sichern 	<ul style="list-style-type: none"> • turnerische Grundelemente an Geräten (z.B. Schwingen am Barren, Sprünge mit dem Mini-Tramp oder Reutherbrett, ...) und am Boden (z.B. Rollen in verschiedenen Variationen, Rad und Radvariationen, Handstand, ...) • gymnastische Elemente (z.B. Standwaage, Seitgalopp, Nachstellschritt, verschiedene Sprünge...) • Menschenpyramiden in PA und GA • Helfen und Sichern 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • situationsgerechte Anwendung der Hilfe-/Sicherheitsstellung • Geräteauf- und abbau • individuelle Lernfortschritte <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation nach festgelegten Kriterien (Überprüfung der motorischen Leistung) <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beachtung der Ausführungs- und Gestaltungskriterien (z.B. Körperspannung, Synchronität und rhythmische Abstimmung in den Bewegungen, Raumebenen, Formationen, ...) • korrekte Anwendung der Hilfestellung <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Team- und Kompromissfähigkeit

THEMA DES UV: „Wir erproben eine neue Disziplin“ – Erlernen einer in der Sek 1 noch nicht erprobten Disziplin der Leichtathletik mithilfe unterschiedlicher Lernwege

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 3	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	BF/SB 3: IK1	a1, d1	D / A	EP	9 x 60 min	-----	6

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen. (BWK 3.1)
- ... einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen. (BWK 3.2)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. (a1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. (a1)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen. (a1)
- ... ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen. (d1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) – Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a1)
- Leistung (d) – Trainingsplanung und -organisation (d1)

Inhaltliche Kerne:

- BF/SB3: IK1 – Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 3: LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN – LEICHTATHLETIK

Thema des UV: „Wir erproben eine neue Disziplin“ – Erlernen einer in der Sek 1 noch nicht erprobten Disziplin der Leichtathletik mithilfe unterschiedlicher Lernwege

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gewöhnung an das neue Gerät • Erlernen der neuen Technik (z.B. des Diskuswurfs, Speerwurfs oder Dreisprungs) in Grobform • Planung und Durchführung eines Wettkampfes • Wettkampfsysteme <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Phasierung einer motorischen Bewegung • Diskuswurf: Standwurf, Körperverwindung, Abwurfwinkel • Speerwurf: Kreuzschritt, Stemmschritt, Vorspannung, Abwurfwinkel • Dreisprung: Hop, Step, Jump • Wettkampfsysteme z.B. K.O.-System 	<ul style="list-style-type: none"> • methodische Übungsreihen • vom Einfachen zum Komplexen • Bildreihen • Partnerbeobachtung und -rückmeldung • Möglichkeiten gezielter Fehlerkorrektur 	<ul style="list-style-type: none"> • vgl. Fachbegriffe 	<ul style="list-style-type: none"> • Diskuswurf mit halber und 1,5-facher Drehung (1 kg) <p>oder</p> <ul style="list-style-type: none"> • Speerwurf aus dem 3-Schritt- oder 5-Schritt-Anlauf (400g / 600g) <p>oder</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dreisprung-Technik (entwickelt aus Sprungläufen und Wechselsprüngen; Grubenabstand individuell) 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Anstrengungsbereitschaft • individueller Lernfortschritt <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verhalten während der Gruppen- und Partnerarbeit • s.o. <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techniküberprüfung • Leistungen im Wettkampf <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vorhandensein grundlegender Technikmerkmale • erreichte Weite (nach Leistungstabelle) <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verhalten während der Gruppen- und Partnerarbeit

SCHULINTERENER LEHRPLAN SPORT SEKUNDARSTUFE II – QUALIFIKATIONSPHASE (Q)

KURSPROFIL G1

BF/SB 3 : LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN – LEICHTATHLETIK

BF/SB 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – BADMINTON

KURSPROFIL G2

BF/SB 3 : LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN – LEICHTATHLETIK

BF/SB 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – FUßBALL

KURSPROFIL G3

BF/SB 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN
AUSPRÄGEN

BF/SB 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – HANDBALL

KURSPROFIL G4

BF/SB 5: BEWEGEN AN GERÄTEN – TURNEN

BF/SB 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – VOLLEYBALL

KURSPROFIL G5

BF/SB 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN
AUSPRÄGEN

BF/SB 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – BASKETBALL

KURSPROFIL G6

BF/SB 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN
AUSPRÄGEN

BF/SB 6: GESTALTEN, TANZEN, DARSTELLEN – GYMNASTIK/TANZ,
BEWEGUNGSKÜNSTE

KURSPROFIL (G1)

BF/SB 3 : LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN – LEICHTATHLETIK

BF/SB 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE

Stufe	Bezug zu den KE			Thema der einzelnen UV
	IF	BWK	SK/MK/UK	
Q1.1	a, d	3.1	SK a1, a3, d1 MK d1 UK a1	1) Der Weg zur Feinform – Verbesserung der technischen und konditionellen Fähigkeiten: Techniken aus dem Bereich Lauf-/Wurf/Stoß- Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren (14 Std.)
Q1.1	a,d,e	7.1 7.2	SK a3,e1,d1 MK e2 UK d1, e1	2)Badminton (18 Std.) a) Gib dem Gegner keine Chance/ Vertiefung und Erweiterung verschiedener Grundtechniken zur Anwendung im wettkampforientierten Einzelspiel b) Idee der Rückschlagspiele
Q1.1	d,e,f	7.3	SK d1, e1, f1 MK e2 UK e1, f1	3) Mit Schläger und Ball - Entdecken eines neuen Sportspiels - Floorball (6-8 Std.)
Q1.2	b, f	1.3	SK b1,f2 MK b1 UK b1	4) Und der Ball ist immer dabei: Präsentation und Beurteilung einer Ballkorobics-Choreographie (12 Std.)
Q1.2	a,f,d	7.2	SK d2, f2 MK d1, f1 UK a1, d1	5) Badminton – ein Laufspiel? Das Rückschlagspiel Badminton in seinen Ausprägungsformen kennen und verstehen (12 Std.)
Q1.2	a,e,f	3.1 3.3	SK a3,d1,d2,f2 MK a1, d2, f1 UK d1, f1	6) Wir verbessern unsere Ausdauerfähigkeit – Einblicke in die Vielfalt der Sportart Leichtathletik Techniken aus dem Bereich Lauf-/Wurf/Stoß- Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren - Sportabzeichen (16 Std.)
Q2.1	d, e	3.2	SK d1, d2 MK e1 UK d1, e1	7) Planung und Durchführung eines leichtathletischen Mehrkampfes - Sportabzeichen (12 Std)
Q2.1	a,d,e	7.1 7.2	SK e1,d1 MK e2 UK d1,e1	8) Zu zweit ist man nicht allein – Doppelspiel im Badminton (12 Std)
Q2.1	c, e	5.2 5.4 5.5	SK c1 MK c1, e2 UK c1, e1	9) Bewegungslandschaften entwickeln und bewältigen (6 Std)
Q2.2	a, e	3.4	SK a2, e1 MK e2, f1 UK e1	10) Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten (6-10 Std.)
Q2.2	d, e	7.1 7.2	SK e1,d1 MK e2,f1 UK f1	11) Badminton Abschluss-Turnier Organisation und Durchführung eines Turniers im Sinne der Anwendung der gemachten Erfahrungen (6 Std.)
Q2.2	e, f	7.4	SK e1,f1 MK e2,f1 UK f1	12) Kein Schulsport mehr... Wie halte ich mich denn weiterhin fit? Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (8 Std.)

Diese Unterrichtsvorhaben können bei der aktuellen Stundentafel mit einer Unterrichtszeit von nur 90min pro Schulwoche nicht unterrichtet werden.

THEMA DES UV: Der Weg zur Feinform – Verbesserung der technischen und konditionellen Fähigkeiten

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 3	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	BF/SB: IK3.1	a1, d1, d3	a, d	Q 1.1	14		1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Techniken in je einer Lauf-, Wurf-/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren. (BWK/ SB3.1)*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *...zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern. (SKd1)*
- *...unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SKa1)*
- *...grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen erläutern. (SKa3)*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *...die Entwicklung ihrer eigenen Leistungsfähigkeit dokumentieren. (MKd1)*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *...Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren hin beurteilen. (UK d1)*
- *...unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (UK a1)*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)*
 - *Prinzipien und Konzepte des Motorischen Lernens (a1)*
- *Leistung (d)*
 - *Trainingsplanung und -organisation (d1)*
 - *Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen (d3)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 3: LAUFEN, WERFEN, SPRINGEN - LEICHTATHLETIK

Thema des UV: Der Weg zur Feinform – Verbesserung der technischen und konditionellen Fähigkeiten

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung und Vertiefung von ausgewählten Sprung, Wurf-/ Stoß- und Laufdisziplinen • Der Weg zur Feinform – Verbesserung der technischen und konditionellen Fähigkeiten <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausgewählte Bewegungsmerkmale • Biomechanische Grundbegriffe 	<ul style="list-style-type: none"> • Training in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit • Planen und trainieren nach einem eigenen Trainingsplans • Bewegungsabläufe betrachten, bewerten und korrigieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegung • Begriffsdefinition von Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Koordination 	<ul style="list-style-type: none"> • Funktionelles Training abhängig vom technischen und konditionellen Leistungsstand und der Zielsetzung 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement/ Anstrengungsbereitschaft • Durchhaltevermögen zeigen • Gegenseitige Beobachtung und Bewegungskorrektur <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trainingsplan • Leistungsmessung • Überprüfung der technischen Fertigkeiten <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation untereinander • Hilfsbereitschaft

THEMA DES UV: Gib deinem Gegner keine Chance / Vertiefung und Erweiterung verschiedener Grundtechniken Badminton zur Anwendung im wettkampforientierten Einzelspiel

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB 7: IK2	d1, e1	d, e	Q1.1	10		2a
Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB 7: IK2	a1, e1	a, e	Q1.1	8	2a	2b

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...im Badminton grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-kordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BWK 7.1)
- ...im Badminton grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampffverhalten bewältigen (BWK 7.2)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben
- ...grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (SKa3)
- ...die Bedeutung von Faktoren, Rollen, und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK e1)
- ...zielgerechte Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK d1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...individual- und manschaftstaktische Strategien für ein erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK e2)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren hin beurteilen (UK d1)
- ...die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien im sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)*
 - *Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a1)*
- *Leistung (d)*
 - *Trainingsplanung und -organisation (d1)*
- *Kooperation und Konkurrenz (e)*
 - *Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (BADMINTON))

Thema des UV: Gib deinem Gegner keine Chance /Vertiefung und Erweiterung verschiedener Grundtechniken zur Anwendung im wettkampforientierten Einzelspiel

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE: Schlagtechniken bei den Grundsschlägen, Beherrschung von vorgegebenen Schlagkombinationen und Individualtaktiken</p> <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Flugkurven • Grundsschläge/ Aufschlagvariationen • ZP • Verteidigungs- und Angriffsposition • Laufwege • Ausfallschritt • Ralleepoint-Zählweise 	<ul style="list-style-type: none"> • Vormachen/Nachmachen • Bildreihen/animierte Bildreihen • L/SuS-Demos • Spiel nach Regeln • Erkennen von Fehlern und reflektierende Verbesserung der eigenen Technik 	<ul style="list-style-type: none"> • Schlagphasen -Struktur -Dynamik -Einzeltaktik 	<ul style="list-style-type: none"> • Vh/Rh-Schläge • Spiel am Netz 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Anstrengungsbereitschaft • Beherrschung des technischen Elements im Spiel • Anwenden der Spielregeln <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Korrekte Anwendung der Spielregeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technische Ausführung der Grundsschläge und Variationen • Raumnutzung <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsausführung • Situationsangemessene taktische Reaktionen • Effektivität für das Spielgeschehen • Bewegungsintensität <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilfsbereitschaft zeigen - Konfliktbereitschaft und Empathie • Motivation untereinander bei Gruppenarbeit

THEMA DES UV: Mit Schläger und Ball - Entdecken eines neuen Sportspiels - Floorball

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB 7: IK 4	d1, e1, f2	d, e, f	Q1.1	6 - 8		3

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele, Spielformen analysieren, variieren und durchführen (BWK/ SB 7.3)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...zielgerechte Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SKd1)
- ...die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. (SKe1)
- ...gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SKf1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MKe2)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...positive und negative Einflüsse von Sporttreiben in Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. (UKf1)
- ...die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (Uke1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- Leistung (d)
 - Trainingsplanung und -organisation (d1)
- Kooperieren und Konkurrenz (e)
 - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)
- Gesundheit(f)
 - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE

Thema des UV: Mit Schläger und Ball - Entdecken eines neuen Sportspiels - Floorball

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Techniken • Regeln • Taktik <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<ul style="list-style-type: none"> • Vormachen/Nachmachen • Bildreihen/animierte Bildreihen • L/SuS-Demos • Spiel nach Regeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Struktur • Dynamik • Taktik 	<ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Techniken 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Anstrengungsbereitschaft • Beherrschung der technischen Elemente <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Korrekte Anwendung der Spielregeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technische Ausführung der Grundtechniken • Taktisches Verhalten <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsausführung • Ausführungsqualität • Effektivität für das Spielgeschehen • Effektivität für das Spielgeschehen • Bewegungsintensität • Situationsangemessene taktische Reaktionen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation im Mannschaftsgefüge • Fairness in Spielsituationen

THEMA DES UV: Und der Ball ist immer dabei: Präsentation und Beurteilung einer Ballkorobics-Choreographie

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körperwahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	BF/SB 1: IK1	b1, f1	b, f	Q 1.2	12		4

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *...selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (BWK 1.3)*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *...ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SKb1)*
- *...gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (SKf2)*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *...verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (MKb1)*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *...Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK b1)*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsgestaltung (b)*
 - *Gestaltungskriterien (b1)*
- *Gesundheit (f)*
 - *Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f1)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPERWAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: Und der Ball ist immer dabei: Präsentation und Beurteilung einer Ballkorobics-Choreographie

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ball , Musik und Körper in Verbindung bringen • sich vorgegebene akrobatische Grundschrirte aneignen und das Bewegungsrepertoire erweitern • Tanzschritte in Verbindung bringen und zu einer BallKoRobics- Sequenz gelangen <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • BallKoRobics • Koordinations- und Konditionstraining • Aerobic 	<ul style="list-style-type: none"> • zur Musik den Ball und Körper rhythmisch kombinieren • Selbstständiges Erarbeiten der Grundbewegungen zu zweit oder in der Gruppe mit einem Ball oder mehreren Bällen • Möglichkeiten zur Präsentation entwickeln <p>Arbeitsmethoden</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schüler- und Lehrerdemonstration • Selbstständiges Erarbeiten von Grundelementen • nach Bewegungsbeschreibungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungs-kriterien (Raumebenen, Bewegungsfluss, Dynamik Synchronität) 	<ul style="list-style-type: none"> • Schwingen, Pellen und Werfen mit dem Ball zur Musik • Aerobic-Grund-schritte (March, Side Step etc.) • Kombinieren von Arm- und Beinarbeit in Partnerarbeit Aufstellungsform n und Raumwege nutzen 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer BallKorobics-Gestaltung in der Gruppe oder mit dem Partner • Umsetzen der einzelnen Arm- und Beinbewegungen • Kreativität in Partner-und Gruppenprozessen <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausführungsqualitätsynchronität • Kreativität <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Ball-Kür • (alternativ als „Trainer“ für eine Kleingruppe) <p>BE OBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verbindung einzelner Arm-, Bein- und Ballelemente in Einzel-und Gruppenpräsentation • Synchronität <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation untereinander bei Gruppenarbeit

THEMA DES UV: „Badminton: ein Laufspiel?“ – Das Rückschlagspiel Badminton in seinen Ausprägungsformen kennen und verstehen

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB 7: IK 2	a1, d2, d3	a, d, f	Q1.2	12		5

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...im Badminton grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen (BWK 7.2)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (SK d2)
- ...gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (SK f2)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (MK d1)
- ...Übungen und Programmen im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK f1)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren hin beurteilen (UK d1)
- ...unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichen (UK a1)

Inhaltsfeld(er) – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)*
 - *Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a1)*
- *Leistung (d)*
 - *Trainingsplanung und -organisation (d1)*
- *Gesundheit(f)*
 - *Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f2)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE

Thema des UV: „Badminton: ein Laufspiel?“ – Das Rückschlagspiel Badminton in seinen Ausprägungsformen kennen und verstehen

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Belastung und Erholung erfahren und verstehen • badmintonspezifische Schnelligkeit und Gewandtheit verbessern <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schnelle Schritte/ Umsprung • Ausfallschritte • ZP • Verteidigungs- und Angriffsposition • Laufwege • Schnelligkeitsausdauer • allgemeine Sprungkraft • Kraftausdauer der Beine 	<ul style="list-style-type: none"> • Vormachen/Nachmachen • Bildreihen/animierte Bildreihen • Circuittraining (Fitness) • Lernen an Stationen (Technik Badminton) • Spiel nach Regeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Schlagphasen -Dynamik -Einzeltaktik • Raumwege/-nutzung • Physische Grundeigenschaften verbessern 	<ul style="list-style-type: none"> • Vh/Rh-Schläge • Einführung des Schnellen Starts • Laufwege zum Netz • Einführung des Umsprungs • Ausfallschritte Einführung des Stechens • Lauf-ABC 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Anstrengungsbereitschaft <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Korrekte Anwendung der Spielregeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technische Ausführung der Grundschläge und Variationen • Raumnutzung <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsausführung • Situationsangemessene taktische Reaktionen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bereitschaft zu kooperativem Verhalten

THEMA DES UV: Wir verbessern unsere Ausdauerfähigkeit: Einblicke in die Vielfalt der Sportart Leichtathletik

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 3	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	BF/SB: IK3.1, IK 3.2	a3, f1	a, d, f	Q 1.2	16		6

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Techniken in je einer Lauf-, Wurf-/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren. (BWK/ SB3.1)
- ...Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen (LZA 30 Minuten) (BWK/ SB3.3)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern. (SKd1)
- ...grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen erläutern. (SKa3)
- ...physiologische Anpassungserscheinungen durch Training erläutern (SKd2)
- ...gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (SKf2)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MKf1)
- ...Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden. (MKa1)
- ...Trainingsplanung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen (MKd2)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren hin beurteilen. (UKd1)
- ...positive und negative Einflüsse von Sporttreiben in Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. (UKf1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)*
 - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; Biomechanische Grundlagen (a3)
- *Gesundheit (f)*
 - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f1)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 3: LAUFEN, WERFEN; SRINGEN - LEICHTATHLETIK

Thema des UV: Wir verbessern unsere Ausdauerfähigkeit – Einblicke in die Vielfalt der Sportart Leichtathletik

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung und Vertiefung von ausgewählten Sprung, Wurf-/ Stoß- und Laufdisziplinen • Der Weg zur Feinform – Verbesserung der technischen und konditionellen Fähigkeiten • Verbesserung der Ausdauerfähigkeit (unterschiedliche Methoden) • Pulskontrolle <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausgewählte Bewegungsmerkmale • Trainingsprinzipien • Belastungsgrößen - Ausdauer 	<ul style="list-style-type: none"> • Training in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit • Bewegungsabläufe betrachten, bewerten und korrigieren • Selbständiges Durchführen von Ausdauerläufen mit Pulskontrolle 	<ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegung • Begriffsdefinition von Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Koordination • Methoden zur Verbesserung der Ausdauerfähigkeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Funktionelles Training abhängig vom technischen und konditionellen Leistungsstand und der Zielsetzung 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement/ Anstrengungsbereitschaft • Durchhaltevermögen zeigen • Gegenseitige Beobachtung und Bewegungskorrektur <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsmessung • Überprüfung der technischen Fertigkeiten <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation • Hilfsbereitschaft

THEMA DES UV: Planung und Durchführung eines leichtathletischen Mehrkampfes

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 3	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	BF/SB: IK3.1, IK3.2	d3, e1	d, e	Q 2.1	12		7

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 5000m), Wurf-/ Stoß- und Sprungdisziplin unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen (BWK/ SB3.2)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern. (SKd1)
- ...physiologische Anpassungserscheinungen durch Training erläutern (SKd2)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden. (MKe1)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren hin beurteilen. (UKd1)
- ...die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (Uke1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Leistung (d)*
 - *Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen (d3)*
- *Kooperation und Konkurrenz (e)*
 - *Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 3: LAUFEN, WERFEN, SRINGEN - LEICHTATHLETIK

Thema des UV: Planung und Durchführung eines leichtathletischen Mehrkampfes

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vertiefung von ausgewählten Sprung, Wurf-/ Stoß- und Laufdisziplinen • Planung und Durchführung eines Mehrkampfes <p>FACHBEGRIFFE:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Training in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit • Bewegungsabläufe betrachten, bewerten und korrigieren • Selbständiges Durchführen von Ausdauerläufen mit Pulskontrolle • Planen und durchführen eines Mehrkampfes 	<ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegung • Begriffsdefinition von Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Koordination • Methoden zur Verbesserung der Ausdauerfähigkeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Funktionelles Training abhängig vom technischen und konditionellen Leistungsstand und der Zielsetzung 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement/ Anstrengungsbereitschaft • Durchhaltevermögen zeigen • Gegenseitige Beobachtung und Bewegungskorrektur • Leistungsfortschritt <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsmessung – Durchführung eines Mehrkampfes • Überprüfung der technischen Fertigkeiten <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation • Hilfsbereitschaft

THEMA DES UV: „Zu zweit ist man nicht allein“ – Doppelspiel im Badminton

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB 7: IK 2	a4, d1, e1	a, d, e	Q2.1	12	2 + 3	8

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...im Badminton (Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-kordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden. (BWK 7.1)
- ...im Badminton (Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen. (BWK 7.2)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...die Bedeutung von Faktoren, Rollen, und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK e1)
- ...zielgerechte Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK d1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...individual- und mannschaftstaktische Strategien für ein erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK e2)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren hin beurteilen (UK d1)
- ...die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien im sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)*
 - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a4)
- *Leistung (d)*
 - Trainingsplanung und -organisation (d1)
- *Kooperation und Konkurrenz (e)*
 - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE

Thema des UV: „Zu zweit ist man nicht allein“ – Doppelspiel im Badminton

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Veränderte Aufschlag- und Annahmesituation im Doppelspiel <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Flugkurven • Grundschläge/ Aufschlagvariationen • ZP • Verteidigungs- und Angriffsposition • Spielregeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Vormachen/Nachmachen • Bildreihen/animierte Bildreihen • L/SuS-Demos • Spiel nach Regeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Schlagphasen • Doppeltaktik • zielgenaues Zuspiel als Voraussetzung für den gemeinsamen motorischen Erfolg • Kenntnis und Beachtung der Spielregeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Vh/Rh-Schläge • Spiel am Netz • Kurzer Aufschlag • Angriff- und Abwehrverhalten 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Anstrengungsbereitschaft <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Korrekte Anwendung der Doppelspielregeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Raumnutzung im Doppelspiel • Überprüfung der Spielfähigkeit in spielnahen Situationen <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsausführung • Situationsangemessene taktische Reaktionen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • in Gruppenarbeit eigenständig eine Übungsphase gestalten und Hilfe anbieten

THEMA DES UV: Gemeinsam Bewegungslandschaften entwickeln und bewältigen

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Bewegen an Geräten - Turnen	BF/SB 5: IK5.2, IK5.4, IK5.5	c1	c, e	Q 2.1	6		9

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in Gruppen bewältigen. (BWK 5.4)
- ...eine komplexe Gruppengestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination normgebunden oder normungebunden präsentieren. (BWK 5.2)
- ...Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden. (BWK 5.5)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. (SKc1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden. (MKc1)
- ...individual-, gruppen- und mannschaftsspezifische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. (MKe2)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen. (UKc1)
- ...die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (Uke1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- Wagnis und Verantwortung (c)
 - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c1)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 5: BEWEGEN AN GERÄTEN – TURNEN

Thema des UV: Gemeinsam Bewegungslandschaften entwickeln und bewältigen

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schülerorientiertes/ eigenes Erarbeiten und Erproben einer Bewegungslandschaft • Interaktion/ Kooperation zwischen MitschülerInnen <p>FACHBEGRIFFE:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stationsbetrieb: Erlernen von Bewegungen und trainieren von bekannten Bewegungen in Kleingruppen an verschiedenen Gerätearrangements • Lernen mit gestuften Hilfen (Veränderung des Schwierigkeitsgrades durch Variation des Geräteaufbaus) • Bewegungsbeobachtung mit Hilfe von Partnern 	<ul style="list-style-type: none"> • Umgang mit Emotionen und Angst 	<ul style="list-style-type: none"> • Funktionelles Training abhängig vom technischen und konditionellen Leistungsstand und der Zielsetzung 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement/ Anstrengungsbereitschaft • Technische Ausführung • Schwierigkeitsgrad • Gegenseitige Beobachtung und Bewegungskorrektur • Leistungsfortschritt <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • korrekte Anwendung der Hilfestellung • Motivations- und Leistungsbereitschaft <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation • Hilfsbereitschaft

THEMA DES UV: Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 3	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	BF/SB: IK3.3	e1	a, e	Q 2.2	6-10		10

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten (BWK/ SB3.4)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SKe1)
- ...unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SKa2)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden. (MKe1)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (Uke1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 3: LAUFEN, WERFEN, SRINGEN - LEICHTATHLETIK

Thema des UV: Planung und Durchführung eines leichtathletischen Mehrkampfes

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Z.B.: Planung und Durchführung eines alternativen Mehrkampfes <p>FACHBEGRIFFE:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Planen und durchführen eines Mehrkampfes • Gruppen- und Partnerarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Veränderung traditioneller leitathletischer Disziplinen/ Entwicklung alternativer Bewegungsmöglichkeiten in der Leichtathletik 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben der Bewegungsformen 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement/ Anstrengungsbereitschaft • Durchhaltevermögen zeigen • Gegenseitige Beobachtung und Bewegungskorrektur • Zusammenarbeit in der Gruppe <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsmessung - Durchführung eines alternativen Mehrkampfes <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation • Hilfsbereitschaft

THEMA DES UV: Badminton Abschluss-Turnier

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB 7: IK 2	d1, e1	d, e	Q2.2	6		11

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...im Badminton grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BWK 7.1)
- ... im Badminton grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (BWK 7.2)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...die Bedeutung von Faktoren, Rollen, und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK e1)
- ...zielgerechte Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK d1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...individual- und mannschaftstaktische Strategien für ein erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK e2)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren hin beurteilen (UK d1)
- ...die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien im sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- Leistung (d)
 - Trainingsplanung und -organisation (d1)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE

Thema des UV: Badminton Abschluss-Turnier

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kursturnier zur Verbesserung der Spielfähigkeit <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Turnierplan • ZP • Verteidigungs- und Angriffsposition 	<ul style="list-style-type: none"> • Vormachen/Nachmachen • Bildreihen/animierte Bildreihen • L/SuS-Demos • Spiel nach Regeln 		<ul style="list-style-type: none"> • Vh/Rh-Schläge • Spiel am Netz • Analyse von Spielsituationen und Technikvarianten 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Anstrengungsbereitschaft <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Korrekte Anwendung der Spielregeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technische Ausführung der Grundschläge und Variationen • Raumnutzung <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsausführung • Situationsangemessene taktische Reaktionen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mit Sieg und Niederlage umgehen • Fair Play

THEMA DES UV: Kein Schulsport mehr ... wie halte ich mich denn weiterhin fit?

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB 7: IK 3, IK 4	e1, f1	e f	Q2.2	8		12

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen (BWK 7.4)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (e1)
- ...gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (f1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...individual- und mannschaftstaktische Strategien für ein erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK e2)
- ...können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (f1)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechtsdifferenten Körperbildern beurteilen (f1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)
- Gesundheit (f)
 - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f1)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE

Thema des UV: Kein Schulsport mehr ... wie halte ich mich denn weiterhin fit?

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Freizeitsportbereiche/ Sportspielvariationen und ihre gesundheitsfördernden Aspekte <p>FACHBEGRIFFE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kondition/ Koordination • Belastung/Erholung • Herz-/Kreislauf • Sport zum Stressabbau 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit (inkl. schriftliche Ausarbeitung) • Selbstständige Planung, Demonstration und Beurteilung der Referatsthemen 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsbedürfnis, Gesundheits- und Körperbewusstsein • Risiken in sportlichen Handlungssituationen 	<ul style="list-style-type: none"> • Verantwortung für die eigene Gesundheit und das persönliche Wohlbefinden übernehmen • sich Ziele setzen 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beteiligung am Unterrichtsgeschehen: aktive Teilnahme, • kriteriengeleitete Beurteilung <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration und Anleitung einer Teilphase der Unterrichtsstunde mit schriftlicher Ausarbeitung <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Demonstration • (Engagement, Bewegungsqualität) • Qualität der Anleitung (Betreuung, Korrektur), Berücksichtigung heterogener Leistungsfähigkeit • Korrekte schriftliche Ausarbeitung <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verantwortung für sicheres sportliches Handeln übernehmen

KURSPROFIL (G2)

BF/SB 3: LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN - LEICHTATHLETIK

Schwerpunkt: Inhaltsfeld d - Leistung

BF/SB 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN - SPORTSPIELE

Schwerpunkt: Inhaltsfeld e - Kooperation und Konkurrenz

Stufe	Nr. UV	Bezug zu den KE			Thema der einzelnen UV
		IF	BWK	SK/MK/UK	
Q1.1	1	a, d	3.1 3.2	SK d1, d2, a1 MK d1, a1 UK d1, a1	„Was kann ich? Stärken und Schwächen erkennen“ - In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten
Q1.1	2	d, e	7.1	SK e1 MK e2 UK d1	Optimierung der Spielfähigkeit im regelkonformen Fußballspiel unter besonderer Berücksichtigung der selbstständigen Organisation des Spiels
Q1.2	3	c,d,e	7.1 7.4	SK d1, c1 MK e2, e1 UK e1, d1	Einführung in das Rugbyspiel
Q1.2	4	d, e	7.2	SK e1 MK e1, e2 UK d1	Floorball
Q 1.2	5	d, f	3.3.	SK f1 MK d1, f1 UK f1	Leichtathletik - Ausdauer verbessern
Q2.1	5	d, f	3.3.	SK f1 MK d1, f1 UK f1	Leichtathletik - Ausdauer verbessern
Q2.1	6	d, e	3.2	SK e1 MK e2 UK e1	Klassische und moderne Spielsysteme im Fußball
Q2.2	7	a,b,c	6.5	SK b1 MK a1, c1 UK b1	Slackline
Q2.2	8				Freiraum (z.B. Baseball, Hochsprung, Klettern, Ringen und Kämpfen, Kanu fahren...)

THEMA DES UV: „Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen“ - In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 3	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Laufen, Springen, Werfen - LA	BF/SB 3: IK1	a1, d1, d3	A / D	Q1	12 x 90min		1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen (BWK 3.2)
- ... Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren (BWK 3.1)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (d1)
- ... physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (d2)
- ... Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (a1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio) (d1)
- ... Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (a1)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (d1)
- Unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (a1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)*
 - *Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a1).*
- *Leistung (d)*
 - *Trainingsplanung und -organisation (d1)*
 - *Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen (d3)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 3: LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN - LEICHTATHLETIK

Thema des UV: „Was kann ich? Stärken und Schwächen erkennen“ - In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG (1. THEORIE / 2. PRAXIS)	LEISTUNGSBEWERTUNG
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Training leichtathletischer Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf) <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Azyklische und zyklische Bewegungen • Reaktionsschnelligkeit • Beschleunigung • Intensitäts- und Koordinationsmethode • Techniktraining 	<ul style="list-style-type: none"> • INDIVIDUELLES TRAINING IN LEISTUNGSHOMOGENEN ODER – HETEROGENEN GRUPPEN • Trainings-Tagebuch: Beschreibung des durchgeführten Trainings und mehrmalige Erfassung der individuellen Leistung mit abschließender Analyse des Leistungszuwachses 	<p>1. THEORIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Biomechanische Aspekte • Trainingslehre • Erstellung eines Trainingsplans • Technischelemente <p>2. PRAXIS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Intensitäts- und Koordinationsmethode • Übung der Techniken in Kleingruppen • Erwerb des DSA 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • individueller Lernfortschritt <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Umgang mit Übungsmaterial <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung der Stoß-, Sprung- bzw. Wurftechnik sowie der Weite und Zeit <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Technik-Aspekte / Bewegungsfluss • Weite und Zeit (nach Leistungstabellen DSB)

THEMA DES UV: Optimierung der Spielfähigkeit im regelkonformen Fußballspiel unter besonderer Berücksichtigung der selbstständigen Organisation des Spiels

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB 7: IK1 (Fußball)	e1 ()	D / E	Q1	10 x 90min		2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- im Fußball grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BWK 7.1)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (e1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (e2)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren beurteilen (d1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Kooperation und Konkurrenz (e)*
 - *Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1).*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (FUßBALL)

Thema des UV: Optimierung der Spielfähigkeit im regelkonformen Fußballspiel unter besonderer Berücksichtigung der selbstständigen Organisation des Spiels

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG (1. THEORIE / 2. PRAXIS)	LEISTUNGSBEWERTUNG
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verbinden von technischen und taktischen Fertigkeiten und Fähigkeiten • Entwickeln und Anwenden von regelkonformem Spielverständnis • Spielbeobachtung / Bewertung • Schiedsrichtertätigkeiten <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Turnierformen • Taktik 	<ul style="list-style-type: none"> • IN KLEINGRUPPEN SPIELÜBERGREIFENDE BASISTECHNIKEN UND TAKTIKBAUSTEINE ERPROBEN UND VERTIEFEN • Erweiterung des individuellen Spektrums durch Partnerhilfen zur Verbesserung der gruppentaktischen Handlungsmöglichkeiten • Spiel- und Wettkampfororganisation <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation • Fehlerkorrektur • Beobachtung/ Bewertung taktischer Spielzüge 	<p>1. THEORIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation des Zusammenspiels • erweiterte Regeln • Spielsituationen beschreiben <p>2. PRAXIS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielspezifische Technikfertigkeiten und grundlegende taktische Verhaltensweisen 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Lernfortschritt <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Verhalten in der Gruppenarbeit • Einhalten der Regeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungen im Großfeldspiel <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation und Kooperation innerhalb der Gruppe • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen

THEMA DES UV: Einführung in das Rugbyspiel

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB 7: IK4 (Rugby)	e1, e2, c1	C / D / E	Q1	12 x 90min		3

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen (BWK 7.4)
- Im Rugby grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BWK 7.1)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (d1)
- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (c1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (e2)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregele erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (e1)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (e1)
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u. a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (d1)

Inhaltsfeld(er) – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Kooperation und Konkurrenz (e)*
 - *Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)*
 - *Fairness und Aggression im Sport (e2)*
- *Wagnis und Verantwortung (c)*
 - *Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c1)*

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (RUGBY)

Thema des UV: Einführung in das Rugbyspiel

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG (1. THEORIE / 2. PRAXIS)	LEISTUNGSBEWERTUNG
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Techniken und Taktik des Rugbyspiels <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tackling, Gasse, Gedränge, Halten, Kick Off 	<ul style="list-style-type: none"> • Einführung in die Grundidee des Rugbys mittels progressiver Entwicklung des Zielspiels aus einfacheren Spielformen • Demonstration und Einübung der verschiedenen rugbyspezifischen Techniken und selbstständige Erarbeitung einfacher Spielzüge • Anwendung der erlernten Techniken und Taktiken in kursinternen Wettspielen 	<p>1. THEORIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rugbyspezifische Techniken der Ballbehandlung/ Passspiel • Standard-situationen • Mannschaftstaktische Aspekte <p>2. PRAXIS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ballgewöhnung • Passspiel • Einüben von Standards in Kleingruppen • Großfeldspiel 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Einhaltung der Regeln/ sicherheitsbewusstes Verhalten • Fairer sozialer Umgang • Einschätzen der eigenen Leistungsgrenze • Motorische Umsetzung der Bewegung <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Einhaltung der Arbeitsaufträge • Fairness <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einzelner Technikelemente • Bewertung des individuellen und mannschaftsdienlichen Verhaltens im Wettspiel <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Situations- und gegnerangemessenes Spielverhalten • Durchsetzungsfähigkeit • Mannschaftsdienliches Verhalten • Anstrengungsbereitschaft

THEMA DES UV: Floorball

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB 7: IK1 (Floorball)	e1	D / E	Q1	6 x 90min		4

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- im Floorball grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten Bewältigen (BWK 7.2)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (e1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (e1)
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (e2)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u. a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (d1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Kooperation und Konkurrenz (e)*
 - *Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (FLOORBALL)

Thema des UV: Floorball

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG (1. THEORIE / 2. PRAXIS)	LEISTUNGSBEWERTUNG
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Regeln, Techniken und Taktiken im Floorball <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auslösen • Auszeit • Powerplay • Time-Out • u.a. 	<ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung und Umsetzung von selbst ausgewählten Spielzügen im Gruppen- oder Mannschaftsverband • Mitbestimmung von Übungsinhalten im Hinblick auf den gesamten Kursverband • Vorbereitung und Durchführung von kursinternen Kleinturnieren • Durchführung von einzelnen Trainingseinheiten oder Unterrichtsabschnitten durch die Kursteilnehmer 	<p>1. THEORIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kennenlernen der Regeln • Besprechung der taktischen Verhaltensweisen • Spielsysteme <p>2. PRAXIS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gewöhnung an das Spielgerät und das Spielfeld • Technikerarbeitung mittels spielerischen Übungen • Drills • Spiel auf Großfeld/ Turnier 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • technisch und taktisch angemessenes agieren <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Übersicht • Technische Fertigkeiten <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung der durchgeführten U.-abschnitte/ Trainingsphasen • Bewertung d. individuellen und mannschaftsdienlichen Verhaltens im Wettspiel • Praktische Prüfung technischer Fähigkeiten <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sinnvoller Aufbau/ Abfolge der Übungen • Mannschaftsdienliches Verhalten • technisches Können

THEMA DES UV: Ausdauer verbessern

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 3	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Laufen, Springen, Werfen - LA	BF/SB 3: IK2	d1, d2, f1	D/ F	Q1 bis Q2	10 x 90min		5

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...*Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten) (BWK 3.3)*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...*gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (f1)*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...*die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch) (d1)*
- ...*Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (f1)*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...*positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (f1)*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Leistung (d)*
 - *Trainingsplanung und -organisation (d1)*
 - *Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d2)*
- *Gesundheit (f)*
 - *Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f1)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 3: LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN - LEICHTATHLETIK

Thema des UV: Ausdauerlauf

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG (1. THEORIE / 2. PRAXIS)	LEISTUNGSBEWERTUNG
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formen des Lauftrainings • Erstellung eines individuellen Trainingsplans • 5000m Lauf <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aerobe und anaerobe Energiebereitstellung • KZA, MZA, LZA • Dauermethode • Intervallmethode • Wiederholungsmethode u.a. • Nachbelastungs-Puls-Messung • Laktat 	<ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung verschiedenen Formen des Lauftrainings • Trainingsgruppen • selbständige Messung biologischer Parameter • Erstellung individueller Trainingspläne 	<p>1. THEORIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Intervall- und Dauermethode • Energiebereitstellung • Belastungs- und Ruhepuls <p>2. PRAXIS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zeitläufe (10-30 min) • Ermittlung der Herzfrequenz vor und nach der Belastung • Intervallläufe • Dauerläufe 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Wiedergabe der theoretischen Hintergründe • Training entsprechend des Plans <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • fachspezifische Ausdrucksweise • Zuverlässigkeit <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung des Trainingsplans (mit sportwissenschaftlichem Hintergrund) • 5000m Lauf <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • fachlich korrekt • individuell abgestimmt • Engagement

THEMA DES UV: Klassische und moderne Spielsysteme im Fußball

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB 7: IK1 (Fußball)	e1	D / E	Q2	10 x 90min		6

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...im Fußball grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten Bewältigen (BWK 7.2)
- ...selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen (BWK 7.3)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (e1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (e2)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (e1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Kooperation und Konkurrenz (e)*
 - *Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (FUßBALL)

Thema des UV: Klassische und moderne Spielsysteme im Fußball

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG (1. THEORIE / 2. PRAXIS)	LEISTUNGSBEWERTUNG
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Spielsysteme <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 4-4-2 • 4-2-4 • 4-3-3 etc. • WM-System • „Schottische Furche“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung verschiedener Spielsysteme mittels Orientierung an unterschiedlicher Medien (z.B. Video) • Erarbeitung und Umsetzung von selbst ausgewählten Spielzügen im Gruppen- oder Mannschaftsverband • Mitbestimmung von Übungsinhalten im Hinblick auf den gesamten Kursverband • Vorbereitung und Durchführung von kursinternen Kleinturnieren 	<p>1. THEORIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Historische und moderne Spielsysteme • Pressing • Forechecking • Absicherung <p>2. PRAXIS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungen zur Taktikschulung 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Umsetzung der Spielpositionen • mannschaftsdienliches Verhalten <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Verhalten in der Gruppenarbeit • Einhalten der Regeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungen im Großfeldspiel <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation und Kooperation innerhalb der Gruppe

THEMA DES UV: Slackline

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 6	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste	BF/SB 6: IK3	b1, b2	A / B / C	Q2	8 x 90min		7

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen (BWK 6.5)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (b1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (a1)
- ...mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden (c1)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsgestaltung (b)*
 - *Gestaltungskriterien (b1)*
 - *Improvisation und Variation von Bewegung (b2)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 6: GESTALTEN, TANZEN, DARSTELLEN – GYMNASTIK/ TANZ, BEWEGUNGSKÜNSTE

Thema des UV: Slackline

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG (1. THEORIE / 2. PRAXIS)	LEISTUNGSBEWERTUNG
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Slackline <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bouncen • Querstand • Diagonalstand • Knee drop 	<ul style="list-style-type: none"> • Anhand von unterschiedlichen Übungsstationen Grundtechniken erlernen • weitere Elemente kreativ hinzufügen • Erarbeitung weitere Bewegungsmöglichkeiten in Kleingruppen 	<p>1. THEORIE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherer Auf- und Abbau • Sichern des Übungsplatzes • Hilfe- und Sicherheitsstellung <p>2. PRAXIS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einübung von Hilfestellung • Spielerisches Erlernen erster Schritte • Festigen der Technik • Übungen zur Gleichgewichtsschulung • Erarbeitung weiterer Bewegungsmöglichkeiten 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Motor. Lernfortschritt • Entwicklung der Bewegungsgestaltung <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation und Kooperation in der Kleingruppe • Fortschritte bei der Entwicklung der Gestaltung <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung der Gestaltung <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsanalyse nach vorher festgelegten Gestaltungskriterien und der individuellen Bewegungsqualität

KURSPROFIL (G3)

BF/SB 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND
BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

BF/SB 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE

Stufe	Bezug zu den KE			Thema der einzelnen UV
	IF	BWK	SK/MK/UK	
Q1.1.1	a,d,f	BF/SB 1	SK 1,2 MK 1 UK	Ausdauer trainieren anhand von vielfältigem Laufen
Q1.1.2	a,d,e	BF/SB 7	SK MK UK	Lernwerkstatt Handball - Üben und Festigen technischer Basisfertigkeiten
Q1.1	b,a,f	BF/ SB 1	SK MK UK	<i>Formen der Fitnessgymnastik</i>
Q1.2.1	a,b,f	BF/ SB 1	SK MK UK	Differenzielles Bewegungslernen am Beispiel von „Life Kinetik“ (Verbesserung technischer Fertigkeiten im Handball)
Q1.2.2	e	BF/ SB 7	SK MK UK	Räume durch Passen erobern: Floorball
Q1.2	a,b,c	BF/ SB 3	SK MK UK	<i>Le Parcours</i>
Q2.1.1	f, a	BF/ SB 1	SK MK UK	Dehnen und Entspannung: Grundsätze des Dehnens als sinnvoller Teil einer Sporteinheit (z.B. Rugby)
Q2.1.2	e, c	BF/ SB 7	SK MK UK	Pitch, Hit and Run - Erlernen baseballspezifischer Spielhandlungen und ihre Anwendung im Zielspiel
Q2.1	a,e	BF/ SB 7	SK MK UK	<i>Handball - Entwicklung und Erprobung von Variationen</i>
Q2.2.1	f, a	BF/ SB 1	SK MK UK	Protz-Blitz: Funktionelles Krafttraining
Q2.2.2	e, d	BF/ SB 7	SK e1 MK e1,e2 UK e1, d1	Handball: Spielsysteme, Spielzüge
Q2.2	e	BF/ SB 7	SK MK UK	<i>Beach-Handball</i>

**Diese Unterrichtsvorhaben können bei der aktuellen Stundentafel mit einer Unterrichtszeit von nur 90min pro Schuloche nicht unterrichtet werden.*

THEMA DES UV: Ausdauer trainieren anhand von vielfältigem Laufen

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen	Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens	a, d, f	Q1.1	12		1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ein Fitnessprogramm (z.B. Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Kraft/ Ausdauer) präsentieren

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben
- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- Physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern
- Gesundheitsfördernde und -schädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden
- Die Entwicklung ihrer indiv. Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Portfolio)
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedl. Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/ koordinative Fähigkeiten) hin beurteilen
- Unterschiedl. Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer(theoriegeleitet) beurteilen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: Ausdauer verbessern – Laufen im Optimalbereich zwischen Risikobereich und Fitnesszuwachs

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diagnostik eigener Leistungsfähigkeit • Verbesserung der Ausdauerfähigkeit • Kennen Lernen verschiedener Trainingsformen <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • An(aerobe) Ausdauer • Trainingsformen 	<ul style="list-style-type: none"> • Kennen Lernen der einzelnen Ausdauerformen • Rückmeldung über Leistungsgrenzen geben können • Selbständige Durchführung von Ausdauerläufen inkl. Trainingsplan 	<ul style="list-style-type: none"> • Aerobe vs. Anaerobe Ausdauer • Trainingsformen (Dauermethode, Intervallmethode ...) • Anpassungserscheinungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Eigenen Lern- und Lauftyp anhand motorischen Lernens herausfinden • Dauermethode • Intervallmethode • Laufvariationen • Trainingsplan 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsfortschritt • Selbständiges Arbeiten • Angemessenes Trainingsverhalten • Hilfsbereitschaft und Teamgeist <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trainingsplan • Leistungsmessung <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilfsbereitschaft zeigen - Konfliktbereitschaft und Empathie • Motivation untereinander bei Gruppenarbeit

THEMA DES UV: Lernwerkstatt Handball – Üben und Festigen grundlegender Basisfertigkeiten

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Handball: Grundtechniken, Basiswissen	Trainingsplanung und -organisation	a ,d ,e	Q1.1	12		2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben*
- *ein kriteriengeleitetes, effektives Training entwickeln*
- *die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Unterschiedliche Konzepte zum motorischem Lernen vergleichend beurteilen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (HANDBALL)

Thema des UV: Lernwerkstatt Handball – Üben und Festigen grundlegender Basisfertigkeiten

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techn. Grundfertigkeiten (Prelen, Passen, Fangen, Torwurf) • Entwickeln und Anwenden von regelkonformem Spielverständnis • Regeln/ Schiedsrichtertätigkeit • Geschichte des Handballs <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technik • Taktik • Abwehr-/ Angriffsformationen • U.a. 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstständige Durchführung einzelner Themenfelder in Gruppen • Kooperation • Fehlerkorrektur • Beobachtung/ Bewertung taktischer Spielzüge 	<ul style="list-style-type: none"> • Prelen, Passen, Fangen, zielgerechter (Tor-) Wurf • Dreischrittregel • Prellregel • Offensive vs. defensive Abwehrformation • U.a. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prellvariationen, Wurf- und Fangspiele (z.B. Mattenball, Pfostenwerfen...) 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Lernfortschritt <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Verhalten in der Gruppenarbeit • Einhalten der Regeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppenpräsentationen • Leistungen im Großfeldspiel <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation und Kooperation innerhalb der Gruppe • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation, Fairness

THEMA DES UV: Wir trainieren unsere Koordination und Kondition am Beispiel von Step Aerobic

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Formen der Fitnessgymnastik	Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit	a, b, f	Q1.1	8		3

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben*
- *Ausgewählte Ausführungs- und Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Aufbau) bei Bewegungsgestaltung anhand von Indikatoren erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Verschiedenen methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (Nachgestalten, Umgestalten, Neu gestalten) unterscheiden*
- *Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Präsentation kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen*
- *Unterschiedl. Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend (und kritisch) beurteilen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: Wir trainieren unsere Koordination und Kondition am Beispiel von Step Aerobic

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundtechnik und Vertiefung von Step Aerobic Schritten • Grundlegende Bewertungskriterien festlegen • Entwickeln und Gestalten einer Choreografie • Fokussierung auf Schwerpunkte Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Konditionelle Leistungsfaktoren • Rhythmus • Synchronität 	<ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung der einzelnen Elemente (GA) • Experimentieren und Erproben (GA) 	<ul style="list-style-type: none"> • Definition: Konditionelle Leistungsfaktoren 	<ul style="list-style-type: none"> • Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination verbessern • Einfache und komplexe Elemente einer Tanzart • Bewegungsqualität optimieren 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsfortschritt • Selbständiges Arbeiten • Angemessenes Trainingsverhalten • Hilfsbereitschaft und Teamgeist <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation • Ausführung einzelner Elemente <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität • Aufbau, Länge, Synchronität, Rhythmus <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilfsbereitschaft zeigen - Konfliktbereitschaft und Empathie • Motivation untereinander bei Gruppenarbeit

THEMA DES UV: Differenzielles Bewegungskönnen am Beispiel von „Life Kinetik“

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	BF/SB1: IK2	a1, a2, b1, b2, f2	a, b	Q1.2	12		4

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben
- Ausgewählte Ausführungs- und Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Aufbau) bei Bewegungsgestaltung anhand von Indikatoren erläutern

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden
- Verschiedenen methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (Nachgestalten, Umgestalten, Neugestalten) unterscheiden
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedl. Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Präsentation kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen
- Unterschiedl. Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend (und kritisch) beurteilen

Inhaltsfeld(er) – inhaltliche Schwerpunkte:

- Bewegungsstruktur und Bewegungskönnen (a)
 - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a1)
 - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
- Bewegungsgestaltung (b)
 - Gestaltungskriterien (b1)
 - Improvisation und Variation von Bewegung (b2)
- Gesundheit (f)
 - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: Differenzielles Bewegungsklernen am Beispiel von „Life Kinetik“

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundprinzipien Life Kinetik • Grundlegende Bewertungskriterien festlegen • Entwickeln und Gestalten einer Trainingsform /Handball) <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Training(sgestaltung) • Kognition • Bewegungsausführung • Trainingstransfer • Synaptisches Modell • Variationsschema 	<ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung einzelner, auf sich aufbauender Elemente (GA) • Experimentieren und Erproben (GA) 	<ul style="list-style-type: none"> • Definition: Life Kinetik • Gehirntraining durch Bewegung • Differenzielles Lernen 	<ul style="list-style-type: none"> • Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination verbessern • Bewegungsqualität optimieren 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsfortschritt • Selbständiges Arbeiten • Angemessenes Trainingsverhalten • Hilfsbereitschaft und Teamgeist <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation • Ausführung einzelner Elemente <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität • Aufbau, Länge, Kompatibilität und Kreativität der einzelnen Elemente <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilfsbereitschaft zeigen - Konfliktbereitschaft und Empathie • Motivation untereinander bei Gruppenarbeit

THEMA DES UV: Räume durch Passen erobern: Floorball

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Alternative Spiele: Floorball	Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	e	Q1.2	12		5

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hier zu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden*
- *individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE

Thema des UV: Räume durch Passen erobern: Floorball

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techn. Grundfertigkeiten) • Entwickeln und Anwenden von regelkonformem Spielverständnis • Regeln/ Schiedsrichtertätigkeit • Geschichte des Floorballs <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technik • Taktik • Abwehr-/ Angriffsformationen • Überzahlspiel • Konterspiel 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstständige Durchführung einzelner Themenfelder in Gruppen • Kooperation • Fehlerkorrektur • Beobachtung/ Bewertung taktischer Spielzüge 	<ul style="list-style-type: none"> • Passen, Ballannahme, Torschuss • Offensive vs. defensive Abwehrformation • Überzahlsituation 	<ul style="list-style-type: none"> • Pass- und Annahmeübungen • Lauf- und Passspiele • Torschussübungen • Doppelpass • Rückpass • Spielzug 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Lernfortschritt <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Verhalten in der Gruppenarbeit • Einhalten der Regeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppenpräsentationen • Leistungen im Großfeldspiel <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation und Kooperation innerhalb der Gruppe • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation, Fairness

THEMA DES UV: Le Parcours

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 5	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Bewegen an Geräten - Turnen	BF/SB 5: IK2	<ul style="list-style-type: none"> Prinzipien und Konzepte des motor. Lernens Gestaltungskriterien 	a, b, c	Q1.2	8	6	6

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... an ihre individuelle Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (2)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren beurteilen

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden
- ... mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und (differenziert) anwenden

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen

BEWEGUNGSFELD 5: DAS BEWEGEN AN GERÄTEN – TURNEN

Thema des UV : „Le Parkour“ – Hindernisse kreativ, schnell und sicher überwinden

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	GEGENSTÄNDE/ FACHBEGRIFFE	LEISTUNGSBEWERTUNG
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einschätzung eigener Grenzen und Leistungsfähigkeit zur Unfallvermeidung • Umgang mit Sicherheitsbestimmungen (Geräteaufbau, Verhalten) • Erarbeitung und Umsetzung von vorgegebenen und/oder selbsterarbeiteten Techniken • Entwicklung eines individuellen Parkour-Runs <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung von eigenen Techniken anhand eines vorgegebenen Geräteaufbaus • Erarbeitung von vorgegebenen Techniken anhand von Bildern, Bewegungsbeschreibungen oder durch Demonstration • Partnerkorrektur • Hilfe-/ Sicherheitsstellung • Individuelle Differenzierung durch unterschiedliche Gerätearrangements und durch Veränderung des Schwierigkeitsgrads der zu erlernenden Techniken • Selbstständige Entwicklung eines Parkour-Runs <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partnerkorrektur • Hilfe-/Sicherheitsstellung 	<p>GEGENSTÄNDE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Parkourspezifische Techniken der Hindernisüberwindung • Springen, Landen und Abrollen <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Monkey Vault • Speed Vault • Reverse Vault • Turn Vault • Dash • Underbar • ... 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Einhaltung der Regeln/ sicherheitsbewusstes Verhalten • Fairer sozialer Umgang • Einschätzen der eigenen Leistungsgrenze • Motorische Umsetzung der Bewegung <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement, Einhaltung der Arbeitsauf-träge, Auf- und Abbau, Qualität und Schwierigkeitsgrad der Bewegungen <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation eines Parkour-Runs (Einzellauf) <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität und Schwierigkeitsgrad der Bewegungen • Flüssiger Bewegungsablauf/ Ökonomie • Vielfalt der Moves • Kreativität des Runs

THEMA DES UV: Dehnen und Entspannen als sinnvoller Teil einer Sporteinheit (z.B. Rugby)

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden Psychoregulative Verfahren zur Entspannung	Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit Zusammenhang von Struktur und Risiken des Sporttreibens	a, f	Q2.1	12		7

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden*
- *Selbständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: Dehnen und Entspannen als sinnvoller Teil einer Sparteinheit (z.B. Rugby)

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diagnostik indiv. Leistungsstand • Haltungsschulung • Entwickeln und Gestalten eines Trainingsprogramms • <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Statisches Dehnen • Dynam. Dehnen • Stretching • Progressive Relaxation 	<ul style="list-style-type: none"> • Planen und Durchführen eines Trainingsprogramms (GA) • Vorführen und Erklären von funktionellen Bewegungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Definition: Dehnen, Stretching, Progressive Relaxation • Gesunder vs ungesunder Körper • Struktur und Funktion von Bewegung 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität optimieren • Funktionelles Training 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsfortschritt • Selbständiges Arbeiten • Angemessenes Trainingsverhalten • Hilfsbereitschaft und Teamgeist • Engagement und Anstrengungsbereitschaft <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation Trainingsprogramm • Ausführung einzelner Elemente <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilfsbereitschaft zeigen – Konfliktbereitschaft und Empathie • Motivation untereinander bei Gruppenarbeit

THEMA DES UV: Pitch, Hit and Run – Erlernen baseballspezifischer Spielhandlungen und ihre Anwendung im Zielspiel unter besonderer Berücksichtigung sicherheitsrelevanter Aspekte

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Mannschaftsspiel: Baseball	Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	e,c	Q2.1	8		8

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hier zu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern*
- *Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden*
- *individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE

Thema des UV: Pitch, Hit and Run – Erlernen baseballspezifischer Spielhandlungen und ihre Anwendung im Zielspiel unter besonderer Berücksichtigung sicherheitsrelevanter Aspekte

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techn. Grundfertigkeiten) • Entwickeln und Anwenden von regelkonformem Spielverständnis • Regeln/ Schiedsrichtertätigkeit • Geschichte des Baseballs <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pitch, Hit, Run • Offence, Defence • Strike, Ball, Flyout, Homerun,... • Inning 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstständige Durchführung einzelner Themenfelder in Kleingruppen • Kooperation • Fehlerkorrektur • Beobachtung/ Bewertung taktischer Spielzüge 	<ul style="list-style-type: none"> • Technik • Taktik • Aufstellungen • Sicherheitsaspekte 	<ul style="list-style-type: none"> • Wurf-, Fang- und Schlagtechniken umsetzen • Raumaufteilung und Positionen aufteilen 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Lernfortschritt • Sicherheitsaspekte <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Verhalten in der Gruppenarbeit • Einhalten der Regeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schlag-, Wurf- und Fangtechniken beherrschen • Regelwerk einhalten • Leistungen im Großfeldspiel <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation und Kooperation innerhalb der Gruppe • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation, Fairness

THEMA DES UV: Handball – Entwicklung und Erprobung von Variationen

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Alternative Spiele und Sportspielvarianten: Handballvariationen	<ul style="list-style-type: none"> - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten 	a,e	Q2.1	8	9

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen*
- *selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.*
- *Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden,*
- *individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen*

THEMA DES UV: Handball – Entwicklung und Erprobung von Variationen

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Handballvarianten <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sitzhandball • Beachhandball • Cubbies • Mini – WM • Rugby-Handball 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit zur Erprobung / Entwicklung verschiedener Varianten (GA) • Schülergruppe als Spielexperte • Präsentation des Spiel für den gesamten Kurs • Vorbereitung und Durchführung von kursinternen Kleinturnieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Kriterien eines guten Spiels • Regeländerungen • Intensität • Kreativität 	<ul style="list-style-type: none"> • Sitzhandball • Beachhandball • Cubbies • Mini – WM • Rugby-Handball 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Lernfortschritt <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Verhalten in der Gruppenarbeit • Kompromissbereitschaft <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Darstellung der Varianten • Regelwerk einhalten • Leistungen im Großfeldspiel <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation und Kooperation innerhalb der Gruppe • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation, Fairness

THEMA DES UV: Protz Blitz: Funktionelles Krafttraining

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten, und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung	Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit	f, a	Q2.2	12		10

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ein Fitnessprogramm (z.B. Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Kraft/ Ausdauer) präsentieren

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben
- Gesundheitl. Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness (und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen) differenziert erläutern
- Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Bewegung (Phasenstruktur, biomechan. Gesetzmäßigkeiten) erläutern

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Übungen und Programme mit Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitl. Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: Protz Blitz: Funktionelles Krafttraining

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diagnostik eigene Leistungsfähigkeit • Haltungsschulung • Kennen Lernen verschiedener Trainingsprogramme • Gesundheitsrisiken <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Funktionelles Krafttraining • Fehlerbilder • Trainingsformen • Maximalkraft/ Kraftausdauer 	<ul style="list-style-type: none"> • Planen und Durchführen eines Trainingsprogrammes • Vorführen und Erklären von funktionellen Bewegungen • Evtl.: Besuch eines Fitnessstudios 	<ul style="list-style-type: none"> • Maximalkraft vs. Kraftausdauer • Gesunder vs ungesunder Körper • Anpassungserscheinungen • Struktur und Funktion von Bewegungen • Doping 	<ul style="list-style-type: none"> • Funktionelles Training abhängig vom Leistungsstand und Zielsetzung • Trainingsplan 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement und Anstrengungsbereitschaft • Durchhaltevermögen zeigen • Angemessenes Trainingsverhalten zeigen • Verständnis sporttheoretischer Aspekte <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trainingsplan planen und durchführen <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilfsbereitschaft zeigen - Konfliktbereitschaft und Empathie • Motivation untereinander bei Gruppenarbeit

THEMA DES UV: Handball – Spielsysteme, Spielzüge

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Handball	Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	d, e	Q2.2	12		11

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *die Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (HANDBALL)

Thema des UV: Handball – Spielsysteme, Spielzüge

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überzahlsituation • Gegenstoßsituation • Spielzüge • Aufstellungsvariationen <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überzahl • Taktik • Sperren/Lösen • Einlaufen • Wechselläuf/ Kreuzen 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstständige Durchführung einzelner Themenfelder in Gruppen • Kooperation • Fehlerkorrektur • Beobachtung/ Bewertung taktischer Spielzüge 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufstellungsvariationen z.B. 3-2-1; 4-2 etc.... • Sperren/Lösen 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielzüge: Einlaufen (mit/ohne Sperren), Doppel-/Dreierwechsel, Achterlauf u.a. • Doppelpässe • Umlaufen • Schneller Gegenstoß 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Lernfortschritt <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Verhalten in der Gruppenarbeit • Einhalten der Regeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppenpräsentationen • Leistungen im Einzelbereich und Großfeldspiel <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation und Kooperation innerhalb der Gruppe • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation, Fairness

THEMA DES UV: Beachhandball

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Handball: Grundtechniken, Basiswissen	Improvisation und Variation von Bewegung; Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	e	Q2.2	8		12

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (HANDBALL)

Thema des UV: Beachhandball

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techn. Grundfertigkeiten: Passen, Fangen, Laufen, Torwurf • Entwickeln und Anwenden von regelkonformem Spielverständnis • Regeln/ Schiedsrichtertätigkeit • Turniergestaltung <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spin-Shoot • Kempa-Trick • Abwehr-/ Angriffsformationen • Shootout 	<ul style="list-style-type: none"> • Kooperation • Fehlerkorrektur in PA • Beobachtung/ Bewertung taktischer Aspekte 	<ul style="list-style-type: none"> • Passen, Fangen, zielgerechter (Tor-) Wurf in PA • Spezielle Wurformen • Dreischrittregel • Umschaltaktion Offensive - Defensive • Turnierplanung 	<ul style="list-style-type: none"> • Wurf- und Fangspiele (z.B. Pfostenwerfen...) 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Lernfortschritt <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Verhalten in der Partnerarbeit • Einhalten der Regeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partnerpräsentationen • Leistungen im Großfeldspiel <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation und Kooperation innerhalb der Gruppe • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation, Fairness

KURSPROFIL (G4)

BF/SB 5: BEWEGEN AN GERÄTEN – TURNEN

Schwerpunkt: Inhaltsfeld a – Bewegungsstruktur und Bewegungskörper

BF/SB 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE

Schwerpunkt: Inhaltsfeld e – Kooperation und Konkurrenz

Stufe	Nr. UV	Bezug zu den KE			Thema der einzelnen UV
		IF	BWK	SK/MK/UK	
Q1.1	1	a, b	5.1 5.5	SK a1, a3 MK UK a1	„Gerätturnen: Von P1 zu P6“ – Bewegungskörper an normgebundenen Wettkampfgeräten im Gerätturnen mit dem Ziel der Verbindung von Einzelelementen zu einer Kürübung
Q1.1	2	a, e	7.1	SK a1, e1 MK a1, e1 UK a1	Wir spielen Volleyball – Vertiefung der Spieltechniken im Volleyball und „In-Gang-Halten“ des Spiels
Q1.1	3	c, f	5.4 5.5	SK c2, f1 MK f1 UK f1	<i>„Erfolgreich und sicher Klettern“ - Einführung in das Sportklettern unter Berücksichtigung des gesundheitsorientierten Trainings der sportartspezifischen Kraftausdauer</i>
Q1.2	4	e	7.1	SK e1 MK e2 UK	Offense / Defense – Erlernen und Anwenden von Angriffs- und Abwehrtechniken im Volleyball
Q1.2	5	c, d	5.2 5.5	SK c1, d2 MK d1, d2 UK d1	Umsetzung der Trendsportart „Le Parkour“ in der Sporthalle unter Berücksichtigung der Sicherheit und individuellen Leistungsfähigkeit
Q1.2	6	e	7.4	SK MK UK e1	<i>„Woanders groß, bei uns ganz klein“ – Einführung ins Baseballspiel unter Berücksichtigung der Variation von Spielregeln zur Ermöglichung eines Spielflusses</i>
Q2.1	7	a	5.3 5.5	SK a2 MK UK	„Nur Fliegen ist schöner“ – Erarbeitung von normierten Sprüngen am Minitrampolin sowie Erweiterung des Bewegungsrepertoires zur Gestaltung einer Kür auf der großen Trampolin unter Berücksichtigung biomechanischer Gesetzmäßigkeiten
Q2.1	8	e, f	7.3	SK e1, f1 MK UK f1	Wir verändern unser Volleyballspiel – Spielentwicklung zu alternativen Volleyballformen
Q2.1	9	a, c	5.4	SK a3 MK c1 UK	<i>Vom Springen ins Wasser – Normgebundenes Wasserspringen vom 1m- und 3m-Brett unter besonderer Berücksichtigung der des Erlebens von Wagnissituationen</i>
Q2.2	10	b, c	5.3 5.4	SK b1 MK b1 UK b1	„Turn-Akrobatik“ – Gestaltung einer Partnerchoreographie an einem Gerätearrangement unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien
Q2.2	11	e	7.2	SK e1 MK e1,e2 UK e1	Alle(s) zusammen – Taktik und Spielfluss im Volleyball-Spiel 6 gegen 6
Q2.2	12	e	7.3	SK MK e1 UK	<i>Von der Halle in den Sand – Übertragen und Erweiterung gelernter Technik & Taktik auf das Beachvolleyball-Spiel</i>

**Diese Unterrichtsvorhaben können bei der aktuellen Stundentafel mit einer Unterrichtszeit von nur 90min pro Schulwoche nicht unterrichtet werden.*

THEMA DES UV: „Gerätturnen: Von P1 zu P6“ – Bewegungslernen an normgebundenen Wettkampfgeräten im Gerätturnen mit dem Ziel der Verbindung von Einzelementen zu einer Kürübung

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 5	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Bewegen an Geräten - Turnen	BF/SB 5: IK1	a1, a2, b1	A / B	Q1	7 x 90min	10	1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...eine differenzierte Kürübung aus mehreren Einzelementen auf technisch-koordinativ vertieftem Niveau an zwei Wettkampfgeräten demonstrieren (BWK 5.1).
- ...Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden (BWK 5.5).

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (a1).
- ...grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (a3).

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

-

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (a1).

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)*
 - *Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a1).*
 - *Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2).*
- *Bewegungsgestaltung (b)*
 - *Gestaltungskriterien (b1).*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 5: BEWEGEN AN GERÄTEN – TURNEN

Thema des UV: „Gerätturnen: Von P1 zu P6“ – Bewegungslernen an normgebundenen Wettkampfgeräten im Gerätturnen mit dem Ziel der Verbindung von Einzelementen zu einer Kürübung

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungslernen: Bewegungen anhand von Bewegungsbeschreibungen und Bildreihen/ Videoaufnahmen analysieren, anwenden und rückmelden • Hilfe- und Sicherheitsstellung situationsgerecht anwenden <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kamm-/Ristgriff • Auf-/Umschwung • Kipphang • Rondat, Releve, Coupe • Grätsche, Hocke, Hechte • halber/ganzer Klammer(dreh)griff vorwärts und rückwärts 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit: Gegenseitige Beobachtung, Korrektur und Hilfe beim Bewegungslernen • Stationsbetrieb: Erarbeitung von neuen und Verbesserung von bekannten Bewegungen in Kleingruppen an verschiedenen Gerätearrangements 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungslernen durch Zergliederungsmethode • Hilfe- und Sicherheitsstellung • Gestaltungskriterien (Raumwege, Raumebenen, Bewegungsfluss) 	<ul style="list-style-type: none"> • turnerische Grundelemente an Geräten (Barren, Balken, Ringe, Boden und Reck) und am Boden • gymnastische Elemente (z.B. Standwaage, Coupe, Releve, verschiedene Sprünge...) • Hilfe- und Sicherheitsstellung 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • situationsgerechte Anwendung der Hilfe-/Sicherheitsstellung • Geräteauf- und abbau • individuelle Lernfortschritte <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • korrekte Anwendung der Hilfestellung • Motivations- und Leistungsbereitschaft <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • motorische Leistung • Präsentation nach normgebundenen Kriterien an zwei Wettkampfgeräten <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • technische Ausführung der einzelnen Elemente • Bewegungsfluss • Schwierigkeitsgrad der Kürübung <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> •

THEMA DES UV: „Wir spielen Volleyball“ – Vertiefung der Spieltechniken im Volleyball und „In-Gang-Halten“ des Spiels

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB7: IK1	a1, e1	A / E	Q1.1	6-7 DS		2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... im Volleyball grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BWK 7.1)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (a1)
- ... die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (e1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (a1)
- ... bewegungsfeldspezifische Wettkampfregele erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (e1)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend (und kritisch) beurteilen (a1)

Inhaltsfeld(er) – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)*
 - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a1)
- *Kooperation und Konkurrenz (e)*
 - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (VOLLEYBALL)

Thema des UV: „Wir spielen Volleyball“ – Vertiefung der Spieltechniken im Volleyball und „In-Gang-Halten“ des Spiels

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wiederholung und Vertiefung der bereits bekannten Techniken im Volleyball (Pritschen, Baggern, Aufschlag) • Bewegungslernen: Bewegungen anhand von Bewegungsbeschreibungen analysieren, anwenden und rückmelden • Verbesserung der allgemeinen Spielfähigkeit <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pritschen • Baggern • Aufschlag von unten, Tennisaufschlag 	<ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung der Techniken im Volleyball • Gruppenarbeit: Rückmeldung über Bewegungen geben können und ggf. korrigieren mit Hilfe von Beobachtungsbögen • Anwendung von technischen und taktischen Fertigkeiten in verschiedenen Spielformen (3:3, 4:4, evtl. 6:6) 	<ul style="list-style-type: none"> • Motorisches Lernen: Lernphasen – Aufbau der Bewegungskoordination 	<ul style="list-style-type: none"> • Techniken des Pritschen, Baggerns und Aufschlags verbessern • Eigenen Lerntyp anhand des motorischen Lernens herausfinden • technische Fertigkeiten im Spiel erfolgreich anwenden 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techniken beschreiben, ausführen und verbessern • Spielen im Team, miteinander • Beteiligung in kognitiven Phasen <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Umgang mit Beobachtungsbögen, Einbringen in Gruppenarbeit und in Übungsspielen <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration der einzelnen Techniken • Anwendung der Techniken im Spiel unter Berücksichtigung taktischer Maßnahmen <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Richtige Ausführung der einzelnen Techniken • Allgemeine Spielfähigkeit <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Teamfähigkeit zeigen • Hilfsbereitschaft

THEMA DES UV: „Erfolgreich und sicher Klettern“ - Einführung in das Sportklettern unter Berücksichtigung des gesundheitsorientierten Trainings der sportartspezifischen Kraftausdauer

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 5	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Bewegen an Geräten - Turnen	BF/SB 5: IK2	c2, f1, f2	C / F	Q1	5 x 90 min	-----	3

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen (BWK 5.4).
- ...Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden (BWK 5.5).

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern (c2).
- ...gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (f1).

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (f1).

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (f1).

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Wagnis und Verantwortung (c)*
 - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c2).
- *Gesundheit (f)*
 - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f1).
 - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f2).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 5: BEWEGEN AN GERÄTEN – TURNEN

Thema des UV: „Erfolgreich und sicher Klettern“ - Einführung in das Sportklettern unter Berücksichtigung des gesundheitsorientierten Trainings der sportartspezifischen Kraftausdauer

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erlangung von Vertrauen und Übernahme von Verantwortung für einen (Kletter)Partner • Erlernen grundlegender Klettertechniken in Übungsformen • Durchführung eines regelmäßigen und für den Klettersport spezifischen Krafttrainings in Übungsformen mit dem eigenen Körpergewicht <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Toprope (Topstop-System) • doppelter Achter-Knoten • Sicherungsseil • Lastseil • Trittschritte (z.B. Reibung, hooken, Innenkante usw.) • Grifftechniken (z.B. Aufleger, Zangengriff, Stützen usw.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Übungsformen mit dem Partner/ in der Kleingruppe aus dem Bereich des Abenteuersports zur Erlangung von Vertrauen in andere und die eigenen Fertigkeiten • Einschätzung der eigenen Fähigkeiten und Grenzen in Übungsformen • Stationsbetrieb zur Verbesserung der Klettertechnik mit einem Partner/ in der Kleingruppe • Zirkeltraining zur Verbesserung der kletterspezifischen Kraftausdauer 	<ul style="list-style-type: none"> • Sicherungstechnik • Biomechanische Grundlagen des Kletterns (v.a. der Einfluss der Verlagerung des Körperschwerpunktes) 	<ul style="list-style-type: none"> • Trittschritte (Reibung, hooken, Trittschritte mit der Innen- und Außenkante, Umspringen) • Grifftechniken (Untergriff, Zangengriff, Stützen, Aufleger) • Kraftausdauertraining 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungssteigerung beim Krafttraining • Individuelle Verbesserung der Klettertechnik bei Übungen • Anstrengungsbereitschaft <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einbringen in Übungsphasen und kognitiven Phasen <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration der Klettertechnik (der Schwierigkeitsgrad der ausgewählten Route geht dabei in die Leistungsbewertung mit ein) <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • KSP durch Hub aus den Beinen anheben • KSP nah an der Wand halten • Die Bewegung sollten möglichst immer reversibel sein • „Dreipunktregel“ einhalten <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Umgang mit dem Kletterpartner

THEMA DES UV: „Offense / Defense“ – Erlernen von Angriffs- und Abwehrtechniken im Volleyball

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB7: IK1	e1	E	Q1.2	6-7 DS	2	4

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... im Volleyball grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-kordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BWK 7.1)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (e1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (e2)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

-

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Kooperation und Konkurrenz (e)*
 - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (VOLLEYBALL)

Thema des UV: „Offense / Defense“ – Erlernen und Anwenden von Angriffs- und Abwehrtechniken im Volleyball

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> Erlernen des Schlagens, der Feldabwehr und (ggf. differenzierend) des Blockens (gleichzeitig Stellen – differenzierend) Spielaufbau Spiel- und Taktikanalyse <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> Schlagen (longline, diagonal) Stemmschritt Block Feldabwehr Stellen 	<ul style="list-style-type: none"> Methodische Übungsreihe zum Schlagen (erst an die Wand, dann zum Partner, dann am Netz (erst Ball aus der Hand, dann zuwerfen, dann stellen); Stemmschritt zunächst einzeln üben, dann kombinieren) Verschiedene Netzhöhen für verschiedene körperliche Voraussetzungen Partnerübungen Schlagen – Baggern Stellen und Blocken als Differenzierung für gute SuS Positionen im Feld bei der Abwehr thematisieren 	<ul style="list-style-type: none"> Positionen im Feld Taktische Entscheidungen in der Abwehr 	<ul style="list-style-type: none"> Techniken des Schlagens, der Feldabwehr und ggf. des Blockens und Stellens technische Fertigkeiten und taktische Überlegungen im Spiel erfolgreich anwenden 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> Einsatz in Übungsphasen Bereitschaft zur Übernahme von Verantwortung (Stellen) Spielen im Team, miteinander Beteiligung in kognitiven Phasen <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> Einbringen in Übungsphasen, kognitiven Phasen und Übungsspielen <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> Demonstration der Schlagtechnik (mit Stemmschritt) Anwendung der Techniken (v.a. Abwehr) im Spiel unter Berücksichtigung taktischer Maßnahmen <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> Richtige Ausführung der einzelnen Techniken Allgemeine Spielfähigkeit <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> Teamfähigkeit zeigen Hilfsbereitschaft

THEMA DES UV: Umsetzung der Trendsportart „Le Parkour“ in der Sporthalle unter Berücksichtigung der Sicherheit und individuellen Leistungsfähigkeit

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 5	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Bewegen an Geräten - Turnen	BF/SB 5: IK2	c1, d1	C / D	Q1	7 x 90 min	1	5

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...eine komplexe Gruppen- oder Einzelgestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination normgebunden oder normungebunden präsentieren (BWK 5.2).
- ...Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden (BWK 5.5).

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (c1).
- ...physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (d2).

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (d1).
- ...Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (d2).

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen (d1).

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Wagnis und Verantwortung (c)*
 - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c1).
- *Leistung (d)*
 - Trainingsplanung und -organisation (d1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 5: BEWEGEN AN GERÄTEN – TURNEN

Thema des UV: Umsetzung der Trendsportart „Le Parkour“ in der Sporthalle unter Berücksichtigung der Sicherheit und individuellen Leistungsfähigkeit

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schülerorientiertes/ eigenes Erarbeiten und Erproben von parkourspezifischen Techniken → Eigenverantwortlichkeit des Lernprozesses • Selbständige Trainingsplanung zur Verbesserung und Erweiterung der Bewegungsfähigkeit im Le Parkour • Interaktion/ Kooperation zwischen MitschülerInnen <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Monkey Vault • Speed Vault • Dash • Turn Vault • Reverse Vault • Lazy Vault • On top Vault • Wallrun • Tic tac • Underbar • Roulade • Half turn • Percision Jump • Wallflip 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationsbetrieb: Erlernen von neuen Bewegungen und trainieren von bekannten Bewegungen in Kleingruppen an verschiedenen Gerätearrangements • Lernen mit gestuften Hilfen (Veränderung des Schwierigkeitsgrades durch Variation des Geräteaufbaus) • Bewegungsbeobachtung mit Hilfe von Partnern und ggf. Videoanalyse • Lerntheke 	<ul style="list-style-type: none"> • Basic-Moves-Portfolio • Belastungsnormative zur Trainingssteuerung • Konditionelle Fähigkeiten • Umgang mit Emotionen und Angst 	<ul style="list-style-type: none"> • Erlernen parkourspez. Techniken (z.B. Monkey Vault, Speed Vault, Lazy Vault, Tic tac, Underbar ...) 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • situationsgerechte Anwendung der Hilfe-/Sicherheitsstellung • Geräteauf- und abbau • individuelle Lernfortschritte und Leistungsfähigkeit <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • korrekte Anwendung der Hilfestellung • Motivations- und Leistungsbereitschaft <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration verschiedener parkourspezifischer Techniken (z.B. Monkey Vault, Speed Vault, Dash, Turn Vault, Wallrun, Roulade...) • Demonstartion einer Verbindung von mehreren Parkourtechniken <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technische Ausführung • Schwierigkeitsgrad • Bewegungsfluss („Flow“) <p>SOZIALVERHALTEN:</p>

THEMA DES UV: „Woanders groß, bei uns ganz klein“ – Einführung ins Baseballspiel unter Berücksichtigung der Variation von Spielregeln zur Ermöglichung eines Spielflusses

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB7: IK4	e2	E	Q1.2	5 DS		6

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen (BWK 7.4)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

-

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

-

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (e1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Kooperation und Konkurrenz (e)*
 - Fairness und Aggression im Sport (e2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (VOLLEYBALL)

Thema des UV: „Woanders groß, bei uns ganz klein“ – Einführung ins Baseballspiel unter Berücksichtigung der Variation von Spielregeln zur Ermöglichung eines Spielflusses

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
INHALTE: • FACHBEGRIFFE: •	•	•	•	A) UNTERRICHTSBEGLEITEND: • BEOBACHTUNGSKRITERIEN: • B) PUNKTUELL: • BEOBACHTUNGSKRITERIUM: • SOZIALVERHALTEN: •

THEMA DES UV: „Nur Fliegen ist schöner“ – Erarbeitung von normierten Sprüngen am Minitrampolin und deren Kombination in einer Kür auf der großen Trampolin unter Berücksichtigung biomechanischer Gesetzmäßigkeiten

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 5	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Bewegen an Geräten - Turnen	BF/SB 5: IK1	a2, a3	A	Q2	7 x 90 min	9	7

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen (BWK 5.3).
- ...Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden (BWK 5.5).

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben (a2).

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

-

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

-

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)*
 - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2).
 - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a3).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 5: BEWEGEN AN GERÄTEN – TURNEN

Thema des UV: „Nur Fliegen ist schöner“ – Erarbeitung von normierten Sprüngen am Minitrampolin sowie Erweiterung des Bewegungsrepertoires zur Gestaltung einer Kür auf der großen Trampolin unter Berücksichtigung biomechanischer Gesetzmäßigkeiten

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungslernen: Bewegungen anhand von Bewegungsbeschreibungen und Bildreihen/ Videoaufnahmen analysieren, anwenden und rückmelden • Hilfe- und Sicherheitsstellung situationsgerecht anwenden <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit: Gegenseitige Beobachtung, Korrektur und Hilfe beim Bewegungslernen • Lehrer-/Schülerdemonstration • Videoanalyse 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungslernen durch Zergliederungsmethode • Hilfe- und Sicherheitsstellung • Gestaltungskriterium: Bewegungsfluss 	<ul style="list-style-type: none"> • Grundelemente am Minitrampolin (z.B. ½ und ganze Drehung, Salto, Sprunghocke, ...) • Grundelemente am Tischtrampolin (z.B. ½ und ganze Drehung, Hocke, Hechte, Grätsche, Sitz ...) • Hilfe- und Sicherheitsstellung 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • situationsgerechte Anwendung der Hilfe-/Sicherheitsstellung • Geräteauf- und abbau • individuelle Lernfortschritte <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • korrekte Anwendung der Hilfestellung • Motivations- und Leistungsbereitschaft <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • motorische Leistung • Präsentation einer Trampolinübung • Demonstration eines Sprunges am Minitrampolin <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • technische Ausführung der einzelnen Elemente • Bewegungsfluss • Schwierigkeitsgrad der Kürübung <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> •

THEMA DES UV: „Wir verändern unser Volleyballspiel“ – Spielentwicklung zu alternativen Volleyballformen

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Mannschaftsspiel Volleyball	e1, f1	E / F	Q2.1			8

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- (BWK 7.3)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (e1)
- ... gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (f1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

-

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben in Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen Körperbildern, beurteilen (f1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Kooperation und Konkurrenz (e)*
 - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
- *Gesundheit (f)*
 - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (VOLLEYBALL)

Thema des UV: Wir verändern unser Volleyballspiel – Spielentwicklung zu alternativen Volleyballformen

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bedeutung von Regeln im Sportspiel • Grundlegende Kriterien zur Veränderbarkeit von Sportspielen kennen lernen am Beispiel Volleyball • Entwickeln einer neuen Spielform auf Grundlage des Volleyballs (unter besonderer Berücksichtigung gesundheitlicher Aspekte und geschlechterdifferenter Voraussetzungen) <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<ul style="list-style-type: none"> • Kriterien für die Veränderbarkeit eines Sportspiels erarbeiten • Erarbeitung von Ideen und Spielformen auf Grundlage des Volleyballs in Gruppenarbeit • Gemeinsame Erprobung 	<ul style="list-style-type: none"> • Regeln des Volleyballspiels reaktivieren • Grundlagen der Spielentwicklung (Kriterien zur Veränderbarkeit eines Sportspiels: Feld, Ball, Mannschaftsgröße etc.) • Gesundheitlich zu beachtende Aspekte bei Sportspielen (spezieller Volleyball) • Geschlechtsspezifische Unterschiede im Volleyball • Kritische Bewertung der entwickelten Spielformen (kriteriengestützt) 	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene, evtl. bereits bekannte Volleyballvariationen und/oder Übungsformen vorstellen • Neue Spiele/Spielformen auf Grundlage der Kriterien entwickeln (unter besonderer Berücksichtigung gesundheitlicher Aspekte und geschlechterdifferenter Voraussetzungen) • Spielformen erproben 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aktive Teilnahme an der Gruppenarbeit • Teilnahme am Unterrichtsgespräch (auch Rückmeldung zu anderen Spielen) <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einbringen in Gruppenarbeit, kognitiven Phasen und Übungsspielen <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung der Ergebnisse der Gruppenarbeit in Hinblick auf zuvor festgelegte Kriterien (zur Veränderbarkeit von Sportspielen und zu Gesundheit/ geschlechterdifferenter Aspekten) <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Umsetzung auf Grundlage der Kriterien <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilfsbereitschaft zeigen • Aktive Teilnahme an der GA • Konstruktive Rückmeldung zu den Präsentationen

THEMA DES UV: Vom Springen ins Wasser – Normgebundenes Wasserspringen vom 1m- und 3m-Brett unter besonderer Berücksichtigung der des Erlebens von Wagnissituationen

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 5	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Bewegen an Geräten - Turnen	BF/SB 5: IK1	a4, c1	A / C	Q2	4 x 90 min	7	9

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen (BWK 5.4).

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (a3).

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden (c1).

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

-

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)*
 - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a4).
- *Wagnis und Verantwortung (c)*
 - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 5: BEWEGEN AN GERÄTEN – TURNEN

Thema des UV: Vom Springen ins Wasser – Normgebundenes Wasserspringen vom 1m- und 3m-Brett unter besonderer Berücksichtigung der des Erlebens von Wagnissituationen

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erlernen verschiedener normierter Sprünge aus dem Wasserspringen • Angemessener Umgang mit Angst <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abfaller • Delfinsprünge • Impuls • Körperschwerpunkt • Rotation 	<ul style="list-style-type: none"> • Vom einfachen zum schweren (Fußsprünge, Kopfsprünge, Handstandsprünge, Salti) • Partnerbeobachtung/-rückmeldung 	<ul style="list-style-type: none"> • Biomechanik (Rotationslehre) • Physikalische Eigenschaften des Wassers • Biologische Grundlagen des Mittelohrs 	<ul style="list-style-type: none"> • Abfaller • Handstandsprünge • Kopfsprünge vorwärts (gehockt, gehechtet, Delfin) • Salto (vorwärts, rückwärts) 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • individuelle Lernfortschritte • angemessenen Umgang mit Risiko und Verantwortung <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leitungszuwachs • Realistische Einschätzung der eigenen Fähigkeiten <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration von je einem Sprung vom 1m- und 3m-Brett <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • technische Ausführung • Schwierigkeitsgrad des demonstrierten Sprunges <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> •

THEMA DES UV: „Turn-Akrobatik“ – Gestaltung einer Partnerchoreographie an einem Gerätearrangement unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 5	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Bewegen an Geräten - Turnen	BF/SB 5: IK3	b1, b2	B / C	Q2	5 x 90 min	1	10

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...am Boden eine Partnerkür mit akrobatischen Elementen unter Berücksichtigung von Ausführungs- und Gestaltungskriterien präsentieren (BWK 5.3).
- ...an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen (BWK 5.4).

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (b1).

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (b1).

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ...können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b1).

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsgestaltung (b)*
 - *Gestaltungskriterien (b1)*
 - *Improvisation und Variation von Bewegung (b2)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 5: BEWEGEN AN GERÄTEN – TURNEN

Thema des UV: „Turn-Akrobatik“ – Gestaltung einer Partnerchoreographie an einem Gerätearrangement unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung und Präsentation einer Bewegungsaufgabe unter Verwendung einfacher gymnastischer und turnerischer Elemente (ggf. nach Musik) • Eigene Ideen unter besondere Berücksichtigung unterschiedlicher Raumwege und -ebenen in eine Choreographie einbinden • Verschiedene Geräte (Groß- oder Kleingeräte) als Teil einer Bewegungsgestaltung nutzen • Kennenlernen akrobatischer Elemente (z.B. Partnerpyramiden) und deren Integration in die Choreographie <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Synchronität 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit • optionale Gestaltung der Choreographie nach Musik • Vorgabe einer Pflichtauswahl an verschiedenen Geräten • selbständiger Einsatz der Hilfe-/Sicherheitsstellung 	<ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungs-kriterien (Raumwege, Raumebenen, Bewegungsfluss, Synchronität) 	<ul style="list-style-type: none"> • turnerische Grundelemente (z.B. Sprünge mit dem Mini-Tramp oder Reutherbrett, Rollen in verschiedenen Variationen, Rad, Handstand, ...) • gymnastische Elemente (z.B. Standwaage, Seitgalopp, Nachstellschritt, verschiedene Sprünge...) • Menschen-pyramiden in Partnerarbeit 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • situationsgerechte Anwendung der Hilfe-/Sicherheitsstellung • Geräteauf- und abbau • individuelle Lernfortschritte <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivations- und Leistungsbereitschaft <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • motorische Leistung • Präsentation nach ausgewählten Gestaltungskriterien <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • technische Ausführung der einzelnen Elemente • Bewegungsfluss, Synchronität, Raumwege und -ebenen • Komplexität der Partnerübung <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> •

THEMA DES UV: „Alle(s) zusammen“ – Taktik und Spielfluss im Volleyball-Spiel 6 gegen 6

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB7: IK1	e1, e2	E	Q2.2	7 DS	2, 4	11

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... im Volleyball grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (BWK 7.2)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (e1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (e1)
- ... individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (e2)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (e1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Kooperation und Konkurrenz (e)*
 - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)
 - Fairness und Aggression im Sport (e2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (VOLLEYBALL)

Thema des UV: „Alle(s) zusammen“ – Taktik und Spielfluss im Volleyball-Spiel 6 gegen 6

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vertiefung und Anwendung aller bekannten Techniken im Volleyball • Verbesserung der allgemeinen Spielfähigkeit • Spielsysteme und Taktiken im Spiel 6:6 <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Feldpositionen (1-6) • Rotation • Steller, Mittelangreifer, Außenangreifer, Abwehr • Angriffslinie • Vorgezogene / zurückgezogene 6 	<ul style="list-style-type: none"> • Taktische Überlegungen (Spielpositionen, Spielerbewegungen etc.) für das Spiel 6:6 • Anwendung von technischen und taktischen Fertigkeiten im Spiel 6:6 	<ul style="list-style-type: none"> • Taktische Überlegungen (z.B. Rotationsprinzip vs. Läufer-system, vorgezogene vs. zurückgezogene 6; Stellen von 2 vs. 3) • Mögliche Spielzüge 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben, Üben und Anwenden der technischen und taktischen Fertigkeiten im Spiel 6:6 • Erproben verschiedener Systeme und verschiedener Positionen 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einbringen in Übungsphasen • Spielen im Team, miteinander • Beteiligung in kognitiven Phasen <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einbringen in Übungsspiele und in kognitive Phasen <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anwendung der Techniken und Taktiken im Spiel 6:6 <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Richtige Ausführung der einzelnen Techniken • Allgemeine Spielfähigkeit • Beachtung des gewählten Systems (Einhaltung der Laufwege etc.) <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Teamfähigkeit zeigen • Hilfsbereitschaft

THEMA DES UV: „Von der Halle in den Sand“ – Übertragen und Erweiterung gelernter Technik & Taktik auf das Beachvolleyball-Spiel

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	BF/SB7: IK3	e1	E	Q2.2	4 DS	2, 4	12

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen (BWK 7.3)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

-

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... bewegungsfeldspezifische Wettkampfregele erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (e1)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

-

Inhaltsfeld(er) – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Kooperation und Konkurrenz (e)*
 - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (VOLLEYBALL)

Thema des UV: „Von der Halle in den Sand“ – Übertragen und Erweiterung gelernter Technik & Taktik auf das Beachvolleyball-Spiel

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
INHALTE: • FACHBEGRIFFE: •	•	•	•	A) UNTERRICHTSBEGLEITEND: • BEOBACHTUNGSKRITERIEN: • B) PUNKTUELL: • BEOBACHTUNGSKRITERIUM: • SOZIALVERHALTEN: •

KURSPROFIL (G5)

BF/SB 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND
BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

BF/SB 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE

Stufe	Bezug zu den KE			Thema der einzelnen UV
	IF	BWK	SK/MK/UK	
Q1.1	f,a	BF/SB 1 BWK 1.4	SK a2 MK a1 UK f1	„Der klügere gibt nach“ - Grundsätze des Dehnens als sinnvoller Teil einer Sporteinheit (z.B. Ultimate Frisbee)
Q1.1	f,d	BF/SB 1 BWK 1.1	SK f2 MK f1 UK d1	So werde ich Fit! Formen der Fitnessgymnastik am Beispiel des Circuit-Trainings
Q1.1	a,d	BF/SB 7 BWK 7.1	SK a1,a3 MK a1 UK a1	<i>Basics and fundamentals – Einführung in die Grundtechniken des Basketballs unter Einbeziehung der Prinzipien eines sinnvollen Aufwärmens</i>
Q1.2	f	BF/SB 1 BWK 1.3	SK f1,a2 MK f1 UK f1	Wenn schon „Muckibude“ – dann aber richtig – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteinsatz bewusst für sich selbst nutzen
Q1.2	e,d	BF/SB 7 BWK 7.2	SK e1 MK e2 UK e1	Die Technik bestimmt die Taktik – aus Individualtaktik wird Gruppentaktik – vom 1:1 zum 3:3
Q1.2	c,e	BF/SB 7 BWK 7.4	SK c1 MK c1 UK c1	<i>Rugby als Beispiel für ein nicht fest institutionalisiertes Sportspiel unseres Kulturkreises</i>
Q2.1	d,f	BF/SB 1 BWK 1.2	SK f1 MK d1,d2 UK d1	Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen
Q2.1	e, f	BF/SB 7 BWK 7.2	SK e1 MK e1,e2 UK e1	Das Spiel 5:5 – Bearbeitung und Analyse von Defense- u. Offensekonzeptionen und Taktiken im Basketball in Theorie und Praxis
Q2.1	b	BF/SB 1 BWK 1.1	SK b1 MK b1 UK b1	<i>Den Basketball alternativ nutzen z.B. BallKoRobics</i>
Q2.2	d,a	BF/SB 7 BWK 7.1	SK a3, d1 MK a1 UK d1	Möglichkeiten der Leistungsdiagnose im Basketball am Beispiel des Heidelberger-Basketball-Tests
Q2.2	f,a	BF/SB 1 BWK 1.5	SK f2,a2 MK f1 UK f1	Stress und Anspannung effektiv lösen – Selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen
Q2.2	e	BF/SB 7 BWK 7.2	SK e1 MK e1 UK e1	<i>Streetball vs. 5:5 – Abgrenzung von freizeitrelevanten Spielen zum großen Sportspiel erfahren und die unterschiedlichen Möglichkeiten einschätzen und beurteilen</i>

**Diese Unterrichtsvorhaben können bei der aktuellen Stundentafel mit einer Unterrichtszeit von nur 90min pro Schuloche nicht unterrichtet werden.*

THEMA DES UV: „Der klügere gibt nach“ - Grundsätze des Dehnens als sinnvoller Teil einer Sporteinheit (z.B. Ultimate Frisbee)

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden	Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen	f,a	Q1.1	6-8		1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen*
- *unterschiedliche Konzepte zum motorischem Lernen vergleichend beurteilen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: „Der klügere gibt nach“ - Grundsätze des Dehnens als sinnvoller Teil einer Sporteinheit (z.B. Ultimate Frisbee)

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Haltungsschulung • Diagnostik indiv. Leistungsstand <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Statisches Dehnen • Dynam. Dehnen • Stretching • Progressive Relaxation 	<ul style="list-style-type: none"> • Vorführen und Erklären von funktionellen Bewegungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Definition: Dehnen, Stretching, Progressive Relaxation • Gesunder vs ungesunder Körper • Struktur und Funktion von Bewegung 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität optimieren • Funktionelles Training 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsfortschritt • Selbständiges Arbeiten • Angemessenes Trainingsverhalten • Hilfsbereitschaft und Teamgeist • Engagement und Anstrengungsbereitschaft <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • gegenseitige Beobachtung und Korrektur <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilfsbereitschaft zeigen - Konfliktbereitschaft und Empathie • Motivation untereinander bei Gruppenarbeit

THEMA DES UV: So werde ich Fit! Formen der Fitnessgymnastik am Beispiel des Circuit-Trainings

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Formen der Fitnessgymnastik	Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen	f, d	Q1.1	15		2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness (und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen) differenziert erläutern

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: So werde ich Fit! Formen der Fitnessgymnastik am Beispiel des Circuit-Trainings

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diagnostik indiv. Leistungsstand • Haltungsschulung • Entwickeln und Gestalten eines Trainingsprogramms • <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Belastungsgrößen • Intensität • Umfang • Agonist, Antagonist 	<ul style="list-style-type: none"> • Übungsauswahl und Folge festlegen • Verletzungsrisiken durch unfunktionale Übungen bzw. Übungsausführungen vermeiden • Angemessenes Aufwärmen, Cool-down • selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) • Vorführen und Erklären von funktionellen Bewegungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Gesunder vs ungesunder Körper • Struktur und Funktion von Bewegung 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität optimieren • Funktionelles Training 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsfortschritt • Selbständiges Arbeiten • Angemessenes Trainingsverhalten • Hilfsbereitschaft und Teamgeist • Engagement und Anstrengungsbereitschaft <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation Trainingsprogramm • Ausführung einzelner Elemente <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilfsbereitschaft zeigen -Empathie • Motivation untereinander bei Gruppenarbeit

THEMA DES UV: Basics and fundamentals – Einführung in die Grundtechniken des Basketballs unter Einbeziehung der Prinzipien eines sinnvollen Aufwärmens

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Basketball: Grundtechniken, Basiswissen	Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens	a, d	Q1.1	15		3

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben*
- *grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *unterschiedliche Konzepte zum motorischem Lernen vergleichend beurteilen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (BASKETBALL)

Thema des UV: Basics and fundamentals – Einführung in die Grundtechniken des Basketballs unter Einbeziehung der Prinzipien eines sinnvollen Aufwärmens

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeines und spezielles Aufwärmen • Dribbel-, Korbleger- und Passvariationen im 1:0 • Regeln • Geschichte des Basketballs • Positionen im Basketball (1 bis 5) und ihre spezifischen technisch/taktischen Handlungsoptionen <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technik • 3-Kontakt-Krobleger 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstständige Durchführung einzelner Themenfelder in Gruppen • Kooperation • Fehlerkorrektur • Methodische Übungsreihen 	<ul style="list-style-type: none"> • Dribbling, Passen, Fangen, Würfe • Schritregel • Doppeldribbling • U.a. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dribbelvariationen, Wurf- und Passspiele 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Lernfortschritt <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Verhalten in der Gruppenarbeit • Einhalten der Regeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungen im Kleinfeldspiel • Technikdemonstration <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation und Kooperation innerhalb der Gruppe • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation, Fairness

THEMA DES UV: Wenn schon „Muckibude“ – dann aber richtig – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteeinsatz bewusst für sich selbst nutzen

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten, und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung	Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens	f, a	Q1.2	10-12		4

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness (und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen) differenziert erläutern*
- *grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Bewegung (Phasenstruktur, biomechanischen Gesetzmäßigkeiten) erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Übungen und Programme mit Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitl. Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen Körperbildern beurteilen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: Wenn schon „Muckibude“ – dann aber richtig – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteinsatz bewusst für sich selbst nutzen

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diagnostik eigene Leistungsfähigkeit • Haltungsschulung • Kennenlernen verschiedener Trainingsprogramme • Gesundheitsrisiken <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Funktionelles Krafttraining • Fehlerbilder • Trainingsformen • Maximalkraft/ Kraftausdauer 	<ul style="list-style-type: none"> • Planen und Durchführen eines Trainingsprogrammes • Vorführen und Erklären von funktionellen Bewegungen • Besuch eines Fitnessstudios 	<ul style="list-style-type: none"> • Maximalkraft vs. Kraftausdauer • Gesunder vs ungesunder Körper • Anpassungserscheinungen • Struktur und Funktion von Bewegungen • Doping 	<ul style="list-style-type: none"> • Funktionelles Training abhängig vom Leistungsstand und Zielsetzung • Trainingsplan 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement und Anstrengungsbereitschaft • Durchhaltevermögen zeigen • Angemessenes Trainingsverhalten zeigen • Verständnis sporttheoretischer Aspekte <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trainingsplan planen und durchführen <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilfsbereitschaft zeigen -Empathie • Motivation untereinander bei Gruppenarbeit

THEMA DES UV: Die Technik bestimmt die Taktik – aus Individualtaktik wird Gruppentaktik – vom 1:1 zum 3:3

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Basketball: Grundtechniken, Basiswissen	Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens	e, d	Q1.2	12-15		5

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (BASKETBALL)

Thema des UV: Die Technik bestimmt die Taktik – aus Individualtaktik wird Gruppentaktik – vom 1:1 zum 3:3

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Antizipation und Reaktionsgeschwindigkeit • selbstständiges Erarbeiten von Blockoptionen • vom pic and roll zum pic and pop • vom Korbleger zum Sprungwurf <p>direkter und indirekter Block</p> <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individualtaktik, Gruppentaktik • Kooperation • Rhythmusschulung 	<ul style="list-style-type: none"> • In Kleingruppen spielübergreifender Basistechniken und Taktikbausteine erproben und vertiefen • Erweiterung des individuellen Spektrums durch Partnerhilfen zur Verbesserung der gruppentaktischen Handlungsmöglichkeiten • Spiel- und Wettkampfororganisation 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielspezifische Technikfertigkeiten • Grundlegende taktische Maßnahmen • Organisation des Zusammenspiels • erweiterte Regeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Einzeltaktik/ Gruppentaktik • Finte (Wurffinte, Passfinte, Pivotieren) • Block, Abrollen (give and go) • Korbleger aus dem Anlauf 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung der Teamfähigkeit • technomotorischer Lernfortschritt • Anstrengungsbereit • Fortschritt des spieltaktischen Verständnisses <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Verhalten in der Gruppenarbeit • Einhalten der Regeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungen im Kleinfeldspiel (Taktiken) • Technikdemonstration <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation und Kooperation innerhalb der Gruppe • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation, Fairness

THEMA DES UV: Rugby als Beispiel für ein nicht fest institutionalisiertes Sportspiel unseres Kulturkreises

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Mannschaftsspiele Rugby	Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen Fairness und Aggression im Sport	c, e	Q1.2	10		6

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden.

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (BASKETBALL)

Thema des UV: Rugby als Beispiel für ein nicht fest institutionalisiertes Sportspiel unseres Kulturkreises

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einschätzung eigener Grenzen und Leistungsfähigkeit zur Unfallvermeidung • Umgang mit Sicherheitsbestimmungen (Regeln, Verhalten) • Grundlegende Techniken und Taktik des Rugbyspiels <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wagnisbegriff • Selbsteinschätzung • Tackling, Gedränge, Halten, Kick Off 	<ul style="list-style-type: none"> • Einführung in die Grundidee des Rugbys mittels progressiver Entwicklung des Zielspiels aus einfacheren Spielformen • Demonstration und Einübung der verschiedenen rugbyspezifischen Techniken und selbstständige Erarbeitung einfacher Spielzüge • Anwendung der erlernten Techniken und Taktiken in kursinternen Wettspielen 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielspezifische Technikfertigkeiten • Grundlegende taktische Maßnahmen • Organisation des Zusammenspiels 	<ul style="list-style-type: none"> • Rugbyspezifische Techniken der Ballbehandlung/ Passspiel • Standartsituationen • Mannschaftstaktische Aspekte 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Einhaltung der Regeln/ sicherheitsbewusstes Verhalten • Fairer sozialer Umgang • Einschätzen der eigenen Leistungsgrenze <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Einhalten der Regeln • Fairness <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einzelner Technikelemente • Bewertung des individuellen und mannschaftsdienlichen Verhaltens im Wettspiel <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation und Kooperation innerhalb der Gruppe <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation, Fairness

THEMA DES UV: Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen	Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens Trainingsplanung und -organisation Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen	d, f	Q2.1	12-15		7

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten.

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- gesundheitsfördernde und -schädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Portfolio)
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedliche Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diagnostik des individuellen Leistungsstands • Verbesserung der allgemeinen aeroben Ausdauerfähigkeit • Unterschiedliche Methoden der Pulskontrolle <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • An(aerobe) Ausdauer • Trainingsformen 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbständige Durchführung von Ausdauerläufen mit Pulskontrolle • Kennenlernen der einzelnen Ausdauerformen • Rückmeldung über Leistungsgrenzen geben können • Selbständige Durchführung von Ausdauerläufen inklusive Trainingsplan 	<ul style="list-style-type: none"> • Einordnung des Gesundheitsaspektes beim Ausdauersport • Begriffsbestimmungen: aerobe/anaerobe Ausdauer/Ausdauerformen • Herzfrequenz und Trainingszustand • Trainingsformen (Dauerform, Intervallmethode) • Anpassungserscheinungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Längere Läufe zu zweit/alleine/mit Musik • Konditionelle Fähigkeiten trainieren • Dauerform • Intervallmethode • Laufvariationen • Trainingsplan 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsfortschritt • Selbständiges Arbeiten mit Aufträgen (u.s. in Paaren) • Angemessenes Trainingsverhalten zeigen • Hilfsbereitschaft und Teamgeist • Sich auf Unbekanntes einlassen • Leistungsfortschritt <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trainingsplan • Gegenseitige Beobachtung und Korrektur • Leistungsmessung <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation untereinander bei Gruppenarbeit • Hilfsbereitschaft zeigen

THEMA DES UV: Das Spiel 5:5 – Bearbeitung und Analyse von Defense- u. Offensekonzeptionen und Taktiken im Basketball in
Theorie und Praxis

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Basketball	Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training	e, d	Q2.1	10-15		8

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden*
- *individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (BASKETBALL)

Thema des UV: Das Spiel 5:5 – Bearbeitung und Analyse von Defense- u. Offensekonzeptionen und Taktiken im Basketball in Theorie und Praxis

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Angriffsoptionen gegen unterschiedliche Defense (man to man - Zone) • Physische und koordinative Anforderungsprofile im Basketball <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppentaktiken • Kooperation 	<ul style="list-style-type: none"> • In Kleingruppen spielübergreifender Basistechniken und Taktikbausteine erproben und vertiefen • Erweiterung des individuellen Spektrums durch Partnerhilfen zur Verbesserung der gruppentaktischen Handlungsmöglichkeiten • Spiel- und Wettkampfororganisation 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielspezifische Technikfertigkeiten • Grundlegende taktische Maßnahmen • Organisation des Zusammenspiels • Spielsituationen beschreiben 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppentaktik • Zonendeckung / Manndeckung • Schnellangriff (fast break) 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung der Teamfähigkeit • technomotorischer Lernfortschritt • Anstrengungsbereit • Fortschritt des spieltaktischen Verständnisses <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Verhalten in der Gruppenarbeit • Einhalten der Regeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungen im Großfeldspiel (Taktiken) <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation und Kooperation innerhalb der Gruppe • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation, Fairness

THEMA DES UV: Den Basketball alternativ nutzen z.B. BallKoRobics

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Formen der Fitnessgymnastik	Gestaltungskriterien	b	Q2.1	12-15		9

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: Den Basketball alternativ nutzen z.B. BallKoRobics

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Bewertungskriterien festlegen • Entwickeln und Gestalten einer Choreografie <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rhythmus • Synchronität • Raumebenen • Bewegungsfluss • Bewegungsdynamik 	<ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung der einzelnen Elemente (GA) • Experimentieren und Erproben • optionale Gestaltung der Choreografie mit Musik 	<ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterien (Raumebenen, Bewegungsfluss, Dynamik Synchronität) 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität optimieren • Gymnastische und tänzerische Elemente mit basketballspezifischen Fertigkeiten verbinden und einüben 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Selbständiges Arbeiten • Angemessenes Trainingsverhalten • Hilfsbereitschaft und Teamgeist • Engagement und Anstrengungsbereitschaft <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation Trainingsprogramm • Ausführung einzelner Elemente <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsfluss - und -dynamik; Vielfalt der Bewegungsmöglichkeiten, Kreativität; Berücksichtigung der Raumebenen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilfsbereitschaft zeigen -Empathie • Motivation untereinander bei Gruppenarbeit

THEMA DES UV: Möglichkeiten der Leistungsdiagnose im Basketball am Beispiel des Heidelberger-Basketball-Tests

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Basketball	Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training	d, a	Q2.2	12-15		10

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern*
- *zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (BASKETBALL)

Thema des UV: Möglichkeiten der Leistungsdiagnose im Basketball am Beispiel des Heidelberger-Basketball-Tests

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsdiagnose • Heidelberger-Basketball-Tests <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportmotorischer Test • Testkriterien 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstständige Durchführung von Testbatterien • Fehlerkorrektur 	<ul style="list-style-type: none"> • Erörterung von Testkriterien • Testentwicklung 	<ul style="list-style-type: none"> • Testbatterien zu den wichtigsten basketballspezifischen Fertigkeiten 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Lernfortschritt <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Verhalten in der Gruppenarbeit • Einhalten der Regeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungen im Test • Technikdemonstration <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation und Kooperation innerhalb der Gruppe • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation, Fairness

THEMA DES UV: Stress und Anspannung effektiv lösen – Selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Psychoregulative Verfahren zur Entspannung	Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit	f, a	Q2.2	8-10		11

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness (und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen) differenziert erläutern*
- *grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *Übungen und Programme mit Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: Stress und Anspannung effektiv lösen – Selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diagnostik eigene Leistungsfähigkeit • Haltungsschulung • Kennenlernen verschiedener Entspannungsverfahren <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Yoga • Progressive Muskelentspannung • Burnout 	<ul style="list-style-type: none"> • Planen und Durchführen eines Entspannungsverfahren • Vorführen und Erklären von funktionellen Bewegungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Gesunder vs ungesunder Körper • Möglichkeiten und Grenzen von Entspannungsverfahren • Prävention 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben verschiedener Entspannungsverfahren 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement und Anstrengungsbereitschaft • Durchhaltevermögen zeigen • Verständnis sporttheoretischer Aspekte <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilfsbereitschaft zeigen – Empathie • Motivation untereinander bei Gruppenarbeit

THEMA DES UV: Streetball vs. 5:5 – Abgrenzung von freizeitrelevanten Spielen zum großen Sportspiel erfahren und die unterschiedlichen Möglichkeiten einschätzen und beurteilen

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 7	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Basketball:	Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	e	Q2.2	8-10		12

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 7: SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE (BASKETBALL)

Thema des UV: Streetball vs. 5:5 – Abgrenzung von freizeitrelevanten Spielen zum großen Sportspiel erfahren und die unterschiedlichen Möglichkeiten einschätzen und beurteilen

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Streetball als Sportspielvariante • Taktische Elemente von Streetball im Spiel 5:5 • Spaß und Freude vs. Leistung • Musik als Motivation im Basketball <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Streetball • Fun Sports 	<ul style="list-style-type: none"> • In Kleingruppen spielübergreifende Basistechniken und Taktikbausteine des Streetballs erproben und vertiefen • Spiel- und Wettkampforganisation 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielspezifische Technikfertigkeiten und Regelkunde des Streetballs • Organisation des Zusammenspiels • Spielsituationen beschreiben 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppentaktik des Streetballs • Basketball mit Musik spielen 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung der Teamfähigkeit • technomotorischer Lernfortschritt • Anstrengungsbereitschaft • Fortschritt des spieltaktischen Verständnisses <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Verhalten in der Gruppenarbeit • Einhalten der Regeln <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungen im Klein- und Großfeldspiel • Technikdemonstration <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisation und Kooperation innerhalb der Gruppe • Individueller Fortschritt der Bewegungsausführungen <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation, Fairness

KURSPROFIL

BF/SB 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND
BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

BF/SB 6: GESTALTEN, TANZEN, DARSTELLEN – GYMNASTIK/TANZ,
BEWEGUNGSKÜNSTE

Stufe	Bezug zu den KE			Thema der einzelnen UV
	IF	BWK	SK/MK/UK	
Q1.1 4 UE	d, f	BF/SB 1 BWK 2	SK f2 MK f1, d1, d2 UK d1	1. „Triathlon“ – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen, schwimmen, Rad fahren) anwenden und reflektieren
Q1.1 2-4 UE	b, a	BF/SB 6 BWK 2	SK b1, a1 MK b1 UK b1, a1	2. Wie finde ich den Rhythmus? – Erarbeiten und variieren verschiedener Rhythmen mithilfe von Sprache, Musik und Bewegung; musiktheoretische Grundlagen
Q1.1 6 UE	b, a	BF/SB 6 BWK 2	SK b1, a1 UK b1 MK b1	3. Unsere eigene Choreo – Erarbeitung und Erweiterung einer Gruppenchoreographie mit Hilfe grundlegender Elemente mindestens eines Tanzstiles (z.B. Streetdance, Jazzdance und Hiphops) u.B. des Gestaltungsprozess, Merkmale des Tanzes, Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau), Ausführungskriterien; Entwickeln von Takt- und Rhythmusgefühl;
				Ca. Weihnachten
Q 1.2 6-8 UE	f, b	BF / SB 1 BWK 1, 3, 4	SK f2 MK f1, b1 UK b1	4. Aerobic Zumba und Co – Wir holen das Fitnessstudio in die Sporthalle – Erarbeitung und Gestaltung einer Fitnessgymnastik zum Training von Ausdauer und Koordination sowie Erprobung und Reflexion vorgegebener und eigenständig entwickelter Trainingsprogramme und Methoden zur Verbesserung der Kraft und Beweglichkeit
Q1.2 8-10 UE	b, c	BF/SB 6 BWK 3, 5	SK b1, c1 MK b1 UK b1, c1	5. „Tanzwelten“ – ein Bewegungstheater zu einem selbst gewählten Thema (Bedeutung von Mimik und Gestik; Partnerbezüge; Verfremden von Bewegungen, Körperhaltung und Körpersprache, Rhythmisierung von Sprache; Darstellung von Emotionen; Bedeutung von Emotionen beim Erlernen und Präsentieren tänzerischer Gestaltungen, Schwerpunkt bei den Gestaltungskriterien: Zeit und Dynamik, methodische Prinzipien
Q1.2 3 UE	d, f	BF/SB 1 BWK 2	SK f2 MK f1, d1, d2 UK d1	(1.) „Triathlon II“ – Punktuelle Leistungsüberprüfung
Q2. 1 3-5 UE	f, b	BF / SB 1 BWK 1, 3, 4	SK f2 MK f1, b1 UK b1	6. 10/10/10 – Wir werden zum Fitnesstrainer – Entwicklung, Durchführung und Reflexion eines Fitnessprogramms zur Verbesserung der Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit und Kraft

Q2.1 6-8 UE	b, d	BF/SB 6 BWK 4, 5	SK b1, d1 MK b1 UK b1, d1	7. Von der Improvisation zur Komposition - Improvisieren mit klassischen Gymnastikgeräten und Alltagsobjekten u.B.B. ästhetischer Qualitäten der Bewegung (Eigenschaften und gerätespezifische Formen der Handgeräte; Unterschied zwischen normierten und nicht normierten Bewegungen; Bewegungsfluss und -Dynamik; Dimensionen der Bewegungsgestaltung; Schwierigkeit objektiver Bewertungsmaßstäbe im Bereich Tanz)
Q2.2 4-6 UE	b, a	BF/SB 6 BWK 2	SK b1, a1 MK b1 UK b1	8. Reise durch die Tanzgeschichte - Vertiefung und Förderung der Gestaltungs- und Präsentationsfähigkeit (Geschichte des Tanzes; Verfremden und Abwandeln von Bewegungen; Körperhaltung; Berücksichtigung aller bisher behandelten Gestaltungskriterien) (optional)*
Q2.2 2 UE	e, b	BF / SB 6 BWK 2, 5	SK b1 MK b1, e1 UK b1	9. Let`s Dance - Vorbereitung und Durchführung des Tanzwettbewerbs für die SI unter besonderer Berücksichtigung eigenständig entwickelter Wettkampfgeln.
Q1.2 4-6 UE	b, f	BF/SB 1 BWK 1, 5	SK f1, f2 MK f1 UK f1, b1	10. Pilates, Massage und Entspannung - Erarbeitung, Präsentation und Beurteilung verschiedener Pilatesübungen, Massagetechniken und Entspannungsübungen (Schwerpunktsetzung möglich)

**Diese Unterrichtsvorhaben können bei der aktuellen Stundentafel mit einer Unterrichtszeit von nur 90min pro Schulwoche nicht unterrichtet werden.*

1 UE = 90 min

Die genannten Gegenstände (z.B. die Tanzstile) in den folgenden Planungskarten sind Beispiele die variiert werden können.

Alle noch zur Verfügung stehende Zeit ist als Freiraum einzuordnen.

THEMA DES UV: „Triathlon“ – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen, schwimmen, Rad fahren) anwenden und reflektieren

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	2	f1, f2, d1	f, d	Q1	4		1 6

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten (BWK 2)

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sport-treiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (f2).

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (f1).
- ... die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (d1).
- ... Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (d2).

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen (d1).

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)*
- *Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)*
- *Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: „**Triathlon**“ – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen, schwimmen, Rad fahren) anwenden und reflektieren

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mindestens zwei verschiedene Bewegungsbereiche zur Verbesserung der Ausdauerfähigkeit werden im Unterricht behandelt und überprüft (z.B. laufen, schwimmen, Rad fahren) • Selbstständiges Arbeiten auch außerhalb der Schule mit Hilfe eines Trainingsplans • Individuelle Gestaltung des Lernweges • Eigenverantwortliches Planen, Durchführen und Überprüfen des Trainingsprozesses • Differenzierung durch Zusammenarbeit in leistungshomogenen und zielgleichen Gruppen möglich <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aerobe Ausdauerleistungsfähigkeit, Dauermethode, intensive Intervallmethode, extensive Intervallmethode, 	<ul style="list-style-type: none"> • Im Sportunterricht: Selbstständiges Arbeiten in Einzel-, Partner- oder Gruppenarbeit • Außerhalb der Schule: Eigenverantwortliche Freiarbeit mit Hilfe des Trainingsplans • Eigenständige Dokumentation der Trainingsentwicklung auf dem Trainingsplan 	<ul style="list-style-type: none"> • Trainingsplanentwicklung • Trainingsmethoden zur Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit (Dauermethode, Intervallmethoden) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauertraining • Trainingsmethoden zur Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit (Dauermethode, Intervallmethoden) 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung von Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz im Unterrichtsgespräch • Beobachtung der BWK <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität und Quantität der Beiträge • Anstrengungsbereitschaft <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trainingstagebuch • Quantitative Überprüfung der jeweiligen Bewegungsbereiche <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vollständigkeit der Aufzeichnungen zum Trainingsplan

THEMA DES UV: **Wie finde ich den Rhythmus?** – Erarbeiten und variieren verschiedener Rhythmen mithilfe von Sprache, Musik und Bewegung; musiktheoretische Grundlagen

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 6	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	2	a1, b1, b2	a, b	Q1	2-4		2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (BWK 2).

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (b1).
- ... unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (a1).

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (b1).

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b1).
- ... unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (a1).

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
- Bewegungsgestaltung (b)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 6: GESTALTEN, TANZEN, DARSTELLEN – GYMNASTIK/TANZ, BEWEGUNGSKÜNSTE

Thema des UV: **Wie finde ich den Rhythmus?** – Erarbeiten und variieren verschiedener Rhythmen mithilfe von Sprache, Musik und Bewegung; musiktheoretische Grundlagen

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> Die SchülerInnen sollen sich mit verschiedenen Rhythmen auseinander setzen und in Kleingruppen Sprache und Bewegungen rhythmisch kombinieren, wodurch das Rhythmusgefühl geschult und gefestigt werden soll. Dabei können der Becherrap, das Rhythmisieren von Schlagzeilen, der Pausensamba und der Tanz Steppin`out eingesetzt werden. Gemeinsames Erstellen von Bewertungskriterien als Grundlage für die abschließende Präsentation <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> Rhythmus, Takt, Notenwerte in der Musik, Gestaltungskriterium Zeit, Gestaltung, Dynamik 	<ul style="list-style-type: none"> Durch verschiedene Zugänge mit Materialien, Bewegung und Sprache, wird das Rhythmusgefühl geschult und auch koordinativ verbessert. Der Becherrap bietet einen spielerischen Zugang, der auch später für das Bewegungstheater genutzt werden kann. Der Pausensamba schult die auditive Wahrnehmung und das Zählen des Taktes. In Kleingruppen werden Schlagzeilen rhythmisiert und in Bewegung umgesetzt. Der Steppin out wird mit Arbeitsblättern selbst erarbeitet, wodurch Notenwerte, Pausen etc. gelernt und in Bewegung umgesetzt werden. Hier kommt es auf die Genauigkeit der Bewegungen im Rhythmus an. Abschließende kreative Aufgabe ist die Kombination des Steppin`out mit einem selbst gestalteten Rhythmusteil. 	<ul style="list-style-type: none"> Musiktheoretische Grundlagen 	<ul style="list-style-type: none"> Becherrap, Entschuldigungs-groove Zeitungs-schlagzeilen sprachlich rhythmisieren und in Bewegung umsetzen Rhythmische Strukturen in der Bewegung finden und auf die Musik abstimmen. Steppin Out: Erarbeitung verschiedener Schrittkombinationen in Anpassung an bestimmte Musikstrukturen. Kombinieren verschiedener Rhythmen und deren Präsentation → Die oben genannten Gegenstände sind frei wählbar 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> Überprüfung von Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz im Unterrichtsgespräch Beobachtung der BWK <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> Übungsbereitschaft Kreativität bei gestalterischen Aufgaben Anpassungs- und Kooperationsfähigkeit bei GA <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> Optional: Kombination aus Steppin out und Becherrap in der Kleingruppe mit Schwerpunkt Rhythmisierung. <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> Berücksichtigung der exakten Schritte, Rhythmusgefühl, Übergang der Rhythmen <p>SOZIALVERHALTEN:</p>

THEMA DES UV: **Unsere eigene Choreo** – Erarbeitung und Erweiterung einer Gruppenchoreographie mit Hilfe grundlegender Elemente mindestens eines Tanzstiles (z.B. Streetdance, Jazzdance und Hiphops) u.b.B. des Gestaltungsprozess, Merkmale des

Tanzes, Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau), Ausführungskriterien; Entwickeln von Takt- und Rhythmusgefühl;

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 6	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	2	a1, a2, b1, b2	b, a	Q1	6		3

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (BWK 2).

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (b1).
- ... unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (a1).

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (b1).

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b1).

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)*
- *Bewegungsgestaltung (b)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 6: GESTALTEN, TANZEN, DARSTELLEN – GYMNASTIK/TANZ, BEWEGUNGSKÜNSTE

Thema des UV: **Unsere eigene Choreo** – Erarbeitung und Erweiterung einer Gruppenchoreographie mit Hilfe grundlegender Elemente mindestens eines Tanzstiles (z.B. Streetdance, Jazzdance und Hiphops) u.b.B. des Gestaltungsprozess, Merkmale des Tanzes, Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau), Ausführungskriterien; Entwickeln von Takt- und Rhythmusgefühl;

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> Vermittlung grundlegender Schritte aus mindestens einer gewählten Stilrichtung mit Hilfe einer Pflichtkombination; individuelle Erweiterung u.b.B von Sprüngen und Bodenlevels im Hinblick auf eine selbst zu erstellende Kleingruppenchoreographie, gemeinsames Erstellen von Bewertungskriterien als Grundlage für die abschließende Präsentation <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> z.B. Jazzdance: Bezeichnung ausgewählter Tanzschritte, contract-release, off-beat; Levels, Isolation, Polyzentrik, Multiplikation, Parallelität, Opposition z.B. Hip Hop: _Floorwork, Kicks, Jumps, Bounce, Ripps, Pop Locking, o.a. 	<ul style="list-style-type: none"> Pflichtkombination wird von der Lehrkraft bereit gestellt; die Erweiterungen durch neue Elemente können in Form eines Stationenlernens erprobt werden; Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen den Stilrichtungen (z.B. Jazz-Dance und Hip Hop) werden dabei herausgearbeitet; die Choreographie wird in Kleingruppen innerhalb der Gruppen regelmäßig präsentiert zwecks Verbesserung der Choreographie im Hinblick auf die von der Gruppe ausgewählten Bewertungskriterien 	<ul style="list-style-type: none"> Bedeutung des Tanzes, grundlegende Merkmale (z.B. Contract-Release, Bouncen, Polyzentrik...) Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik formaler Aufbau), Ausführungskriterien, Takt, Rhythmus, musiktheoretische Grundlagen, eventuell Handlungskompetenzmodell nach Schabert 	<ul style="list-style-type: none"> Bedeutung des Tanzes, grundlegende Merkmale (z.B. Contract-Release, Bouncen, Polyzentrik...) Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik formaler Aufbau), Ausführungskriterien, 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> Überprüfung von Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz im Unterrichtsgespräch Beobachtung der BWK <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> Engagement Kreativität bei gestalterischen Aufgaben Anpassungs- und Kooperationsfähigkeit bei GA <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Pflichtkombination aus dem gewählten Bereich b) Gruppenchoreographie u.b.B. technischer Merkmale sowie Umsetzung der Gestaltungskriterien. <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> Berücksichtigung aller Levels, Rhythmusgefühl, Isolationsbewegungen, Vielfalt der Schritte, formaler Aufbau, Passung Musik und formaler Aufbau <p>SOZIALVERHALTEN:</p>

THEMA DES UV: Aerobic Zumba und Co – Wir holen das Fitnessstudio in die Sporthalle – Erarbeitung und Gestaltung einer Fitnessgymnastik zum Training von Ausdauer und Koordination sowie Erprobung und Reflexion vorgegebener und eigenständig entwickelter Trainingsprogramme und Methoden zur Verbesserung der Kraft und Beweglichkeit

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	1, 3, 4	f1, f2, b1, b2	f, b	Q1	6-8		4

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *BF/SB 1: ... Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen (BWK 1).*
- *... selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (BWK 3).*
- *... unterschiedliche Dehnmethode(n) (u. a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden (BWK 4).*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sport-treiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (f2).

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *... Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (f1).*
- *... verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) (b1).*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b1).

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)*
- *Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)*
- *Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: **Aerobic Zumba und Co - Wir holen das Fitnessstudio in die Sporthalle** - Erarbeitung und Gestaltung einer Fitnessgymnastik zum Training von Ausdauer und Koordination sowie Erprobung und Reflexion vorgegebener und eigenständig entwickelter Trainingsprogramme und Methoden zur Verbesserung der Kraft und Beweglichkeit

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diese Reihe steht im engen Zusammenhang mit der Reihe 10/10/10. Hier liegt der Schwerpunkt auf der BWK 1 • Selbstständige Gestaltung einer Fitnesschoreographie mit dem Ziel eines Ausdauer- und Koordinationstrainings (z.B. Zumba, Aerobic usw.) i • SuS gestalten anhand vorgegebener Schritte ihre eigene Choreographie • Durchführung und Reflexion von Muskelfunktionstests und Übungen zur Verbesserung von Kraft und Beweglichkeit mit und ohne Geräte • Entwicklung von Übungen zur Verbesserung von Kraft und Beweglichkeit <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schritte der jeweiligen Fitnessgymnastik z.B. Stepp-Aerobic, Marschieren, Basic-Step, V-Step, • Muskuläre Dysbalancen 	<ul style="list-style-type: none"> • Demonstration von Basic-Schritten durch ein Vorbild (Lehrer, Video ...) • Selbstständige Erarbeitung, Erprobung und Präsentation der Choreographie in Kleingruppen • Stationstraining (Kraft, Beweglichkeit) • Gruppen übernehmen Auswahl, Aufbau, Erprobung und Demonstration einzelner Übungsstationen. Hilfsmittel: Stationskarten. • Stationsbetrieb im Zirkelprinzip. Einzelne Experten bleiben für Beratung, Hilfestellung und Korrektur an Stationen. Rollentausch nach beendetem Zirkel. • Eigenständige Entwicklung von Stationskarten 	<ul style="list-style-type: none"> • Kondition und Koordination (Trainingsmethoden und Prinzipien) • Gesundheitsförderliche Durchführung von Übungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Choreographie Basisschritte • Kraft- und Beweglichkeitsübungen 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung von Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz im Unterrichtsgespräch • Beobachtung der BWK <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität und Quantität der Beiträge • Anstrengungsbereitschaft <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppe präsentiert ihre Choreographie und vermittelt sie den anderen Mitschülern • Kriterienorientierte gemeinsame Bewertung der Gruppenpräsentation <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abwechslungsreichtum • Anstrengung • Qualität der Instruktionen

THEMA DES UV: „Tanzwelten“ – ein Bewegungstheater zu einem selbst gewählten Thema (Bedeutung von Mimik und Gestik; Partnerbezüge; Verfremden von Bewegungen, Körperhaltung und Körpersprache, Rhythmisierung von Sprache; Darstellung von Emotionen; Bedeutung von Emotionen beim Erlernen und Präsentieren tänzerischer Gestaltungen, Schwerpunkt bei den Gestaltungskriterien: Zeit und Dynamik, methodische Prinzipien

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 6	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	3	b1, b2, c1	b, c	Q1	8-10		5

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z. B. Pantomime, Bewegungstheater, Jonglieren) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein oder in der Gruppe präsentieren (BWK 3).
- ... ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen (BWK 5).

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (b1).
- ... Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst, usw.) erläutern (c1).

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (b1).

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b1).
- ... unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen (c1).

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- Wagnis und Verantwortung (c)
- Bewegungsgestaltung (b)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 6: GESTALTEN, TANZEN, DARSTELLEN – GYMNASTIK/TANZ, BEWEGUNGSKÜNSTE

Thema des UV: „Tanzwelten“ – ein Bewegungstheater zu einem selbst gewählten Thema (Bedeutung von Mimik und Gestik; Partnerbezüge; Verfremden von Bewegungen, Körperhaltung und Körpersprache, Rhythmisierung von Sprache; Darstellung von Emotionen; Bedeutung von Emotionen beim Erlernen und Präsentieren tänzerischer Gestaltungen, Schwerpunkt bei den Gestaltungskriterien: Zeit und Dynamik, methodische Prinzipien

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausgangspunkt sind verschiedene Alltagssituationen, die mit Hilfe unterschiedlicher Techniken aus dem Bewegungstheater verfremdet werden, auch Gedichte können hier genutzt werden; zur Verdeutlichung des Gestaltungsprozesses wird dann der Weg zu einer Großkomposition besritten; Ausgangspunkt könnte ein selbst gewähltes Thema sein, das durch die SuS szenisch in Kleingruppen geschrieben, gestaltet und vertanz wird. Es können auch Partnerchoreographien zu einem bestimmten Thema erarbeitet werden; tänzerische Elemente, die aus der vorhergehenden Reihe bekannt sind, können dabei genutzt werden, sollten dabei aber auch im Sinne des Bewegungstheaters verfremdet werden; Erstellen von Bewertungskriterien als Grundlage für die abschließende Präsentation <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mimik, Gestik, ausgewählte Aspekte des Gestaltungskriteriums; Partnerbezüge, Entwicklung von Körperbewusstsein, Interaktion, Kommunikation; methodische Prinzipien: vom leichten zum Schweren etc.), Improvisation und Komposition; Kontaktübungen; (nonverbale) Kommunikation, Dynamik und Spannungsaufbau 	<ul style="list-style-type: none"> • Alltagssituationen werden mit Hilfe von Gestik und Mimik tänzerisch dargestellt; mehrere Partner- oder Kleingruppenchoreographien oder aber auch eine Großgruppengestaltung (mit Sequenzen für Kleingruppen) sind möglich; Schwerpunkt liegt hier weniger auf eine technische Ausgereiftheit von typischen Tanzelementen, sondern das bewusste Nutzen von Elementen des Bewegungstheaters; einzelne Aspekte sollten daher immer wieder in kleinen Zwischenphasen hervorgehoben werden; Choreographien werden in Kleingruppen gegenseitig präsentiert zwecks Verbesserung der Choreographie im Hinblick auf die von der Gruppe ausgewählten Bewertungskriterien) 	<ul style="list-style-type: none"> • Bedeutung der Emotionen: • (a) bei der Darstellung im Bewegungstheater • b) Selbstreflexion hinsichtlich der Bedeutung von Emotionen (Freude, Angst, Frustration) während des Gestaltungsprozesses und bei der abschließenden Präsentation (z.B. Angst Hemmungen) 	<ul style="list-style-type: none"> • Bedeutung von Körperhaltung, Körpersprache (Mimik und Gestik); Partnerbezüge; Verfremden von Bewegungen durch gezielte Anwendung von Gestaltungskriterien (z.B. Zeit: (Zeitraffer, Slowmotion, Freeze) Dynamik • verschiedene Tanzstile 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung von Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz im Unterrichtsgespräch • Beobachtung der BWK <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Kreativität bei gestalterischen Aufgaben • Anpassungs- und Kooperationsfähigkeit bei GA • Selbstreflexion des Gestaltungsprozesses und Verbalisierung von Emotionen und ihrer Bedeutung für den Gestaltungsprozess <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppenchoreographie u.b.B. von Elementen des Bewegungstheaters sowie Umsetzung von Gestaltungskriterien zur Verstärkung der zu vertanzenden Geschichte <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nutzung von Zeit und Dynamik; Partnerbezüge, Verfremdung von Bewegungen; klarer formaler Aufbau hinsichtlich der Geschichte; bewusster Einsatz von Körpersprache und -haltung <p>SOZIALVERHALTEN:</p>

THEMA DES UV: 10/10/10 – Wir werden zum Fitnesstrainer – Entwicklung, Durchführung und Reflexion eines Fitnessprogramms zur Verbesserung der Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit und Kraft

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	1, 3, 4	b1, b2, f2	f, b	Q2	3-5		7

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *BF/SB 1: ... Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen (BWK 1)*
- *... selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (BWK 3)*
- *... unterschiedliche Dehnmethoden (u. a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden (BWK 4)*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (f2).

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *... Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (f1)*
- *... verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten). (b1)*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)*
- *Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)*
- *Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: **10/10/10 - Wir werden zum Fitnesstrainer** – Entwicklung, Durchführung und Reflexion eines Fitnessprogramms zur Verbesserung der Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit und Kraft

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diese Reihe steht im engen Zusammenhang mit der Reihe Aerobic Zumba und Co. Hier liegt der Schwerpunkt auf der Selbstständigkeit und Reflexion (BWK 3 und 4). • Selbstständige Gestaltung und Durchführung eines Fitnessprogramms • Die Unterrichtsreihe kann auch parallel zu deiner anderen Reihe laufen (ersten 30 Minuten, je 10 Minuten Ausdauer-, Beweglichkeits- und Krafttraining (10/10/10)) • Anwendung und Vertiefung der erlernten Inhalte aus der Q1 <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schritte der jeweiligen Fitnessgymnastik z.B. Stepp-Aerobic, Marschieren, Basic-Step, V-Step, • Muskuläre Dysbalancen 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstständige Erarbeitung, Erprobung und Präsentation des Fitnessprogramms in Kleingruppen • Schriftliche Ausarbeitung des Fitnessprogramms mit Begründungen in Kleingruppen 	<ul style="list-style-type: none"> • Kondition und Koordination (Trainingsmethoden und Prinzipien) • Gesundheitsförderliche Durchführung von Übungen • Präsentation und Korrektur von Bewegungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Choreographie Basisschritte • Kraft- und Beweglichkeitsübungen 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung von Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz im Unterrichtsgespräch • Beobachtung der BWK <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität und Quantität der Beiträge • Anstrengungsbereitschaft <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppe präsentiert das Fitnessprogramm und vermittelt es den anderen Mitschülern • Ausarbeitung • Kriterienorientierte gemeinsame Bewertung der Gruppenpräsentation <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abwechslungsreichtum • Anstrengung • Qualität der Instruktionen • Sachgerechte Begründungen (Ausarbeitung)

THEMA DES UV: **Von der Improvisation zur Komposition** – Improvisieren mit klassischen Gymnastikgeräten und Alltagsobjekten u.b.B. ästhetischer Qualitäten der Bewegung (Eigenschaften und gerätespezifische Formen der Handgeräte; Unterschied zwischen normierten und nicht normierten Bewegungen; Bewegungsfluss und -Dynamik; Dimensionen der Bewegungsgestaltung; Schwierigkeit objektiver Bewertungsmaßstäbe im Bereich Tanz)

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 6	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	1	b1, a1, a4	b, a	Q2	6-8		8

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... *Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns – insbesondere der Improvisation – nutzen, (BWK 4).*
- ... *ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen (BWK 5).*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... *ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (b1).*
- ... *zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (d1).*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (b1).

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... *Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b1).*
- ... *Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u. a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (d1).*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)*
- *Bewegungsgestaltung (b)*
- *Leistung (d)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 6: GESTALTEN, TANZEN, DARSTELLEN – GYMNASTIK/TANZ, BEWEGUNGSKÜNSTE

Thema des UV: **Von der Improvisation zur Komposition** – Improvisieren mit klassischen Gymnastikgeräten und Alltagsobjekten u.b.B. ästhetischer Qualitäten der Bewegung (Eigenschaften und gerätespezifische Formen der Handgeräte; Unterschied zwischen normierten und nicht normierten Bewegungen; Bewegungsfluss und -Dynamik; Dimensionen der Bewegungsgestaltung; Schwierigkeit objektiver Bewertungsmaßstäbe im Bereich Tanz)

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausgangspunkt sind die normierten Handgeräte; gerätetypische Bewegungsformen werden erprobt und dann verfremdet bzw. erweitert; nachfolgend werden Alltagsobjekte zur Verfügung gestellt; hier können dann bereits bekannte Bewegungsformen, aber auch neue Möglichkeiten erarbeitet werden; am Ende sollen ein Gerät (Seil, Band, Ball, ...) und ein Alltagsobjekt (Tuch, Stuhl, Tonne, Besen etc.) kombiniert werden; die Gestaltung kann dabei auch Elemente aus dem Bereich Bewegungstheater wieder aufnehmen <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Raumebenen, Bewegungsfluss, Bewegungsdynamik, Körperachsen, Fachbegriffe zu den gerätespezifischen Formen ausgewählter Handgeräte 	<ul style="list-style-type: none"> • Suchen unterschiedlicher Bewegungsformen mit einem normierten Gerät im Jigsaw-Verfahren, Improvisationsübungen; • Verfremden der Bewegungsformen mit Hilfe der Gestaltungskriterien, aber auch individuell entwickelter Ideen (Improvisation) • Auseinandersetzen mit nicht-normierten Geräten in Kleingruppen; Erstellen einer Komposition in Kleingruppen, 	<ul style="list-style-type: none"> • Eigenschaften und gerätespezifische Formen der Handgeräte; Bewertungsmaßstäbe im Bereich Tanz 	<ul style="list-style-type: none"> • Unterschied zwischen normierten gymnastischen und nicht-normierten Bewegungen; Bewegungsfluss und -dynamik; Raumebenen, Körperachsen, 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung von Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz im Unterrichtsgespräch • Beobachtung der BWK <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement • Kreativität bei gestalterischen Aufgaben • Anpassungs- und Kooperationsfähigkeit bei GA <p>B) PUNKTUELL:</p> <p>a) Einzelchoreographie mit einem nicht-normierten und einem normierten Gerät u.b.B. des Bewegungsflusses und der -dynamik;</p> <p>b) Improvisationsaufgabe mit einem nicht-normierten Gerät</p> <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM: Bewegungsfluss - und -dynamik; Vielfalt der Bewegungsmöglichkeiten, Kreativität; Berücksichtigung der Raumebenen.</p> <p>SOZIALVERHALTEN:</p>

THEMA DES UV: Reise durch die Tanzgeschichte – Vertiefung und Förderung der Gestaltungs- und Präsentationsfähigkeit (Geschichte des Tanzes; Verfremden und Abwandeln von Bewegungen; Körperhaltung; Berücksichtigung aller bisher behandelten Gestaltungskriterien) (optional)*

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 6	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	2	b1, b2, a1	a, b	Q2	4-6		9

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (BWK 2).

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (b1).
- ... unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (a1).

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (b1).

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b1)´.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)*
- *Bewegungsgestaltung (b)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 6: GESTALTEN, TANZEN, DARSTELLEN – GYMNASTIK/TANZ, BEWEGUNGSKÜNSTE

Thema des UV: Reise durch die Tanzgeschichte – Vertiefung und Förderung der Gestaltungs- und Präsentationsfähigkeit (Geschichte des Tanzes; Verfremden und Abwandeln von Bewegungen; Körperhaltung; Berücksichtigung aller bisher behandelten Gestaltungskriterien) (optional)*

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausgangspunkt sind Stilrichtungen aus der Tanzgeschichte; diese werden mit passender Musik neu gestaltet; Grundschnitte des Tanzes sollen dabei in der Choreographie übernommen und variiert werden; das Vorhaben kann dazu dienen, wesentliche Elemente der vergangenen drei Halbjahre zu vertiefen <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Namen, Bedeutung und Tanzschritte unterschiedlicher Tänze 	<ul style="list-style-type: none"> • Erlernen unterschiedlicher Tänze mit Hilfe von Bewegungsbeschreibungen und Filmbeispielen (Expertensystem / Kurzreferate); • Variieren der Bewegungsformen mit Hilfe der Gestaltungskriterien, aber auch individuell entwickelter Ideen zur Vertiefung und Wiederholung der Gestaltungskriterien 	<ul style="list-style-type: none"> • Geschichte des Tanzes; Umgang mit Bewegungsbeschreibungen 	<ul style="list-style-type: none"> • vertiefte Auseinander-setzung mit Gestaltungskriterien 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung von Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz im Unterrichtsgespräch • Beobachtung der BWK <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsbereitschaft • Kreativität bei gestalterischen Aufgaben • Anpassungs- und Kooperationsfähigkeit bei GA <p>B) PUNKTUELL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vorstellen und vermitteln eines Tanzes vor der Gesamtgruppe, Umgang mit Bewegungsbeschreibungen <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterien; Vielfalt der Bewegungsmöglichkeiten, Kreativität; Berücksichtigung der Raumebenen. <p>SOZIALVERHALTEN:</p>

THEMA DES UV: Let`s Dance – Vorbereitung und Durchführung des Tanzwettbewerbs für die SI unter besonderer Berücksichtigung eigenständig entwickelter Wettkampffregeln.

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 6	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	2	b1, e1	e, b	Q2	2		10

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... *selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (BWK 2)*
- ... *ausgehend von selbst gewählten/vorgegebenen Gestaltungsanlässen/ -themen untersch. Bewegungs- & Darstellungsmöglichkeiten u.B. spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen (BWK 5)*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (b1)

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ... *verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden. (b1)*
- ... *bewegungsfeldspezifische WettkampfregeIn erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (e1)*

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)*
- *Bewegungsgestaltung (b)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 6: GESTALTEN, TANZEN, DARSTELLEN – GYMNASTIK/TANZ, BEWEGUNGSKÜNSTE

Thema des UV: Let`s Dance - Vorbereitung und Durchführung des Tanzwettbewerbs für die SI unter besonderer Berücksichtigung eigenständig entwickelter Wettkampfregeln.

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Selbstständige Vorbereitung und Organisation und Durchführung des Tanzwettbewerbs für die SI <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterien, Wertetabelle 	<ul style="list-style-type: none"> • Die verschiedenen Aufgaben werden von Kleingruppen übernommen und vorbereitet. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rahmenbedingungen des Tanzwettbewerbs • Aushang vorbereiten • Jury - Bewertungskriterien erstellen • Klassen informieren • Musik • Dokumentation Foto und Film • Aufwärmen • Betreuung der Klassen • Tanzbattle: Improvisation in der Bewertungspause • Moderation 		<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mitarbeit in der Vorbereitungsphase und während des Tanzwettbewerbs <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zuverlässigkeit, Verantwortungsbereitschaft • Fachkompetenz, Qualität der Gruppenergebnisse <p>B) PUNKTUELL:</p> <p>BEOBACHTUNGSKRITERIUM:</p> <p>SOZIALVERHALTEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> •

THEMA DES UV: **Pilates, Massage und Entspannung** – Erarbeitung, Präsentation und Beurteilung verschiedener Pilatesübungen, Massagetechniken und Entspannungsübungen (Schwerpunktsetzung möglich)

BEWEGUNGSFELD/ SPORTBEREICH 1	Inhaltliche Kerne	Inhaltliche Schwerpunkte	Inhaltsfeld(er)	Jgst.	Dauer des UV Std.	Vernetzung mit UV	Laufende Nr. des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	3, 5	b1, b2, f1, f2	f, b	Q2	4-6		11

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *BF/SB 1: ... Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen (BWK 1)*
- *... selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen, (BWK 5)*

Sachkompetenz (SK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *... gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (f1)*
- *... gesundheitliche Auswirkungen von Sport-treiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (f2).*

Methodenkompetenz (MK)

Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (f1)

Urteilskompetenz (UK)

Die Schülerinnen und Schüler können...

- *... positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen beurteilen (f1).*
- *... Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b1)*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

- *Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)*
- *Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)*
- *Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)*

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen

BEWEGUNGSFELD 1: DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEITEN AUSPRÄGEN

Thema des UV: Pilates, Massage und Entspannung – Erarbeitung, Präsentation und Beurteilung verschiedener Pilatesübungen, Massagetechniken und Entspannungsübungen (Schwerpunktsetzung möglich)

DIDAKTISCHE ENTSCHEIDUNGEN	METHODISCHE ENTSCHEIDUNGEN	THEORIE-PRAXISVERKNÜPFUNG		LEISTUNGSBEWERTUNG
		GEGENSTÄNDE THEORIE	GEGENSTÄNDE PRAXIS	
<p>INHALTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> Die SuS erlernen verschiedene Übungen und Methoden aus den Bereichen Pilates, Entspannung und Massage Der Schwerpunkt liegt auf der Vermittlung, Präsentation und Korrektur dieser Übungen und Methoden Die Übungen und Methoden sollen individuell reflektiert (z.B. Lerntagebuch) und angepasst werden <p>FACHBEGRIFFE:</p> <ul style="list-style-type: none"> Progressive Muskelentspannung, Powerhouse 	<ul style="list-style-type: none"> Gruppenpuzzle (Vermittlung, Präsentation und Korrektur stehen im Vordergrund) 	<ul style="list-style-type: none"> Kriterien für Vermittlung und Präsentation von Übungen Individuelle Anpassung von Übungen 	<ul style="list-style-type: none"> Übungen und Methoden aus den Bereichen Pilates, Entspannung und Massage 	<p>A) UNTERRICHTSBEGLEITEND:</p> <ul style="list-style-type: none"> Überprüfung von Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz im Unterrichtsgespräch Beobachtung der BWK <p>BEOBACHTUNGSKRITERIEN:</p> <ul style="list-style-type: none"> Qualität und Quantität der Beiträge Anstrengungsbereitschaft