

Obligatorische Unterrichtsvorhaben 1-9: 88 Stunden // Freiraum: 32 Stunden

1. Neue Bewegungsformen ausprobieren und Spaß haben - Rollen, Stützen, Balancieren - Bewegungselemente kennen lernen, ausprobieren und verstehen
2. Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß? - verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-)finden
3. Ganz schön aus der Puste!? – mit Spaß die Ausdauer verbessern I
4. Mit Bewegungen eine Geschichte erzählen: erste Formen des Bewegungstheaters
5. Freies und normgebundenes Rollen erlernen
6. Ich kann im Team mit- und gegeneinander spielen! – Am Beispiel Basketball einfache Aufgaben in Mannschaftsspielen taktisch sicher und regelgeleitet bewältigen
7. Ring frei! – Erproben, Erarbeiten und Lösen unterschiedlicher Zweikampfsituationen in fairness- und sicherheitsorientiertem Rahmen
8. Auf schnellen Rollen - Bewegungsräume mit Inlinern vielfältig und sicher nutzen
9. Festhalten nicht erlaubt – erste Erfahrungen mit dem „Volleyspielen“ von Bällen sammeln

Matrix zu den Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 5

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
1	1.1	A,C	12	2		1	1,2,3					
2	2.1	E,F	10	1,2,3	1	1	1		1		1,2,3	1
3	3.1	A,D,F	10	3	1,2	1,2	1			1,2,3		1
4	6.1	A,B,E	6	2	1,2	1	1,2	1,2			2	
5	5.1	A,C	6	2	1,2	1	1,3		3			
6	7.1	A,E	12	1,2,3,4	1,2		1,2,3				1	
7	9.1	E,A	10	1,2	1,2	1	1				1,3	
8	8.1	A,C,F	10	1,2	1	1	1		1,2			1
9	7.2	A,E	12	1,2,3	2		1,2,3				1	

UV = Unterrichtsvorhaben

BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich 1-9

PP = Pädagogische Perspektiven

Std. = Stunden

BWK = Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (durchnummeriert)

MK = Methodenkompetenz (durchnummeriert)

UK = Urteilskompetenz (durchnummeriert)

IF (a – f) = Inhaltsfelder (die Kleinbuchstaben stellen die Inhalte der Pädagogischen Perspektiven dar; die Kleinbuchstaben sind inhaltlich dementsprechend analog zu den Pädagogischen Perspektiven zu verstehen) - (durchnummeriert)

Bewegungsfeld/Sportbereich 1.1	Päd. Perspektive Leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV Stunden	Vernetzung mit UV	Laufende Nr
<i>Den Körper wahrnehmen und Koordinationsfähigkeiten erweitern</i>	A C	5	12	5.1	1

Neue Bewegungsformen ausprobieren und Spaß haben - Rollen, Stützen, Balancieren - Bewegungselemente kennen lernen, ausprobieren und verstehen

Kompetenzerwartungen: BWK 2 UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): In sportbezogenen Anforderungssituationen psycho-physische Leistungsfähigkeit (speziell Koordination, Konzentrationsfähigkeit, Kraft) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen nachweisen und grundlegend beschreiben (BWK 1.2)

Urteilskompetenz (UK): Die individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien beurteilen (UK 1.1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)**
- **Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)**

Leistung (d)

- **Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (spez. Kraft, Koordination) (1)**

Thema des UV 1.1: „Neue Bewegungsformen ausprobieren und Spaß haben - Rollen, Stützen, Balancieren - Bewegungselemente kennen lernen, ausprobieren und verstehen.“ (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • individuelle koordinative Belastungen wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen • Anpassung der Aufgabenwahl (Gerätewahl) an die individuelle Leistungsfähigkeit • Merkmale körperlicher Reaktionen bei koordinativen Prozessen benennen • Bewegungen beobachten und beschreiben lernen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Koordination 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationen Lernen: auf der Suche nach sinnvollen eigenen Zielen • Individualisierung des Unterrichts: auf der Suche nach sinnvollen eigenen Zielen • Gestaltung eigener Präsentationen mit dem Partner und/oder in der Gruppe • Beobachtungsbogen zu Bewegungsmerkmalen beim Rollen oder Balancieren <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationen Lernen (Schülerinfo) • Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bänke, Barren, Matten, Reck • Hindernisparcours • Balancierparcours • Rollen an Geräten 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Koordinationsvermögen • Geschicklichkeit • Lernzuwachs <p>punktuell:</p> <p>eine selbst gestaltete Präsentation (Zeitrahmen bis 5 Minuten) erbringen</p> <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung, koordinative Ausführung

Bewegungsfeld/Sportbereich 2.1	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	E F	5	10	---	2

Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß? - verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-)finden

Kompetenzerwartungen BWK 1, BWK 2, BWK 3, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten ausprägen und situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden (1)
- kleine Spiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele – auch eigenverantwortlich – fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Kriterien benennen und erläutern (2)
- kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und Regeln – orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial – selbständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen (3)

Methodenkompetenz (MK)

- einfache Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern (1)

Urteilskompetenz (UK)

- Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e 1, e 2, e 3, f 1

Kooperation und Konkurrenz

- **Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**
- **soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen, (2)**
- **(Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (3)**

Gesundheit (f)

Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)

Thema des UV 2.1: „Welche (Pausen-)Spiele machen mir am meisten Spaß? - verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-)finden“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Erstellen von Regeln - kooperativ handeln - Konkurrenzsituationen schaffen - die eigene Leistungsfähigkeit und die anderer einschätzen - Möglichkeiten der Mannschaftsbildung benennen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fairness - Kooperation - Verletzungsprophylaxe 	<ul style="list-style-type: none"> - Gruppenarbeit: Planen und schriftlich fixieren - Beobachtungsbogen zur Bewertung von Spielen <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entwickeln und Erproben (Schüler-/Lehrerinfo) - Beobachtungsbogen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lauf- und Fangspiele - Geschicklichkeitsspiele - Kleine Spiele mit Bällen und anderen Spielgeräten 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft - Fairness - Kooperationsbereitschaft <p>punktuell: Präsentation eines gefundenen/erfundenen Spiels</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einbeziehung aller Schüler - Beachten von Sicherheitsaspekten - Selbstständigkeit - Berücksichtigung von räumlichen Gegebenheiten (z.B. bei Pausenspielen) - „Spaßfaktor“

Bewegungsfeld/Sportbereich 3.1	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	A D F	5	10	---	3

Ganz schön aus der Puste!? – mit Spaß die Ausdauer verbessern I

Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 1, MK 2, UK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- beim Laufen eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegend körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben (3)

Methodenkompetenz (MK)

- leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (1)
- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (2)

Urteilskompetenz (UK)

- die individuelle Gestaltung des Lauf tempos bei einer Mittelzeitausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen (1)
- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen (2)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 1, d 1, d 2, d 3, f 2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**

Leistung (d)

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)
- Methoden zur Leistungssteigerung (2)
- Differenziertes Leistungsverständnis (relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)

Gesundheit (f)

- Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)

Thema des UV 3.1: „Ganz schön aus der Puste!? – mit Spaß die Ausdauer verbessern“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Vermittlung von Spaß am oft ungeliebten Ausdauerlauf • Wahrnehmung der individuellen anaeroben/aeroben Belastungen (z.B. anhand von Atem-/Pulsfrequenz) • Einschätzung der individuellen Leistungsfähigkeit • Anpassung der Laufgeschwindigkeit an die individuelle, aber auch an die Leistungsfähigkeit von Mitschüler/-innen (z.B. bei Partner- und Gruppenarbeiten) • Langsame Steigerung der eigenen Leistungsfähigkeit • Fächerübergreifender Unterricht <ul style="list-style-type: none"> a) Erdkunde, Sport: Arbeit mit Karten der Schule/Schulumgebung b) Biologie, Sport: Bearbeitung von Aufgaben zu verschiedenen Biotopen (Schulhof, Wald etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Lehrerdemonstration zur Schaffung einer Ausführungsvorstellung (z.B. Pulsmessung) • Spielerische Komponenten zur Vermittlung von Spaß am Laufen (unbewusste Verbesserung der Ausdauer) • Individuelle Übungsformen zum Kennenlernen der eigenen Fähigkeiten, Grenzen und Möglichkeiten • Partnerkonzepte zur gegenseitigen Motivation und Kontrolle • Gruppenkonzepte als Motivations-, aber auch als Sicherheitsfaktor, da Schülerinnen und Schüler aus dem Sichtfeld des Lehrers, nur so: Kennenlernen der Schulumgebung (Schulenburg Wald) • 	<ul style="list-style-type: none"> • Orientierungsläufe (OL) in allen Formen (Hallen-, Stern-, Gedächtnis-, Score, Photo-OL, Photos der Sportplatzumgebung sowie Kartenmaterial des Schulenburg Waldes liegen vor) • Rundenläufe auf dem Sportplatz • Streckenläufe in der Umgebung der Schule • Ausdauerparcours in der Halle • Zeitschätzläufe • Minutenläufe • Staffelläufe • Pausenläufe (1 min. laufen, 1 min. Pause/ 2 min. laufen, 1 min. Pause...) • Puzzle-/Memoryläufe • Ausdauer Spiele (z.B. Keilerjagd) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Anstrengungsbereitschaft • Kooperationsbereitschaft in Gruppen- und Partnersituationen, z.B. bei der Vorbereitung/Durchführung von OLs • Leistungsfähigkeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Normierte Abnahme, z.B. in Form eines 800m-Laufs (entsprechender Parcours liegt allen Sportlehrern vor) • Cooper-Test • Auswertung von Lösungskarten bei verschiedenen Formen des OLs • Zeitnahme bei OLs

Bewegungsfeld/Sportbereich 6.1	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Bewegungen gestalten – Gymnastik Tanz</i>	A/B/E	5	6	---	4

Mit Bewegungen eine Geschichte erzählen: erste Formen des Bewegungstheaters

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: BWK 2, MK 1+2, UK1

Anhand einer vorgegebenen (oder selbst erfundenen) Geschichte sollen technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens angewandt und beschrieben werden. Dabei werden rhythmisch-dynamische und räumliche Variationen erprobt und miteinander verbinden, sodass die ausgewählten Bewegungsabläufe (im Sinne einer Handlung) in der Gruppe gestaltet werden.

Methodenkompetenz:

Zielgerichtetes Erproben, Experimentieren und Variieren und somit die Gestaltungsaufgabe lösen.

Kriterien für eine gelungene Bewegungsgestaltung entwickeln.

Urteilskompetenz:

Tänzerische Präsentationen anhand ausgewählter Kriterien bewerten.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

Angabe des 1. Inhaltsfeldes (a - f)

A: Bewegungserfahrungen erweitern

B: Bewegungen gestalten

Angabe des 2. Inhaltsfeldes (a - f)

E: Kooperieren und Wettkämpfen

Thema des UV 6.1: „Mit Bewegungen eine Geschichte erzählen: erste Formen des Bewegungstheaters“ (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Individuelle Bewegungserfahrungen erweitern - Anpassung an eine Gruppe - Anwenden und Beschreiben von technisch-koordinativen Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kennzeichen von: - Gehen, - Laufen, - Hüpfen, - Springen, - Raumwege, - Gestaltungskriterien 	<ul style="list-style-type: none"> - Gruppenarbeit - Kriterien gelungener Darstellung - Zielgerichtetes Erproben, Variieren und im Sinne einer Bewegungsaufgabe (Geschichte) lösen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kleingruppenarbeit 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Geh- und Laufvariationen und weitere „freie“ Bewegungsformen (Kriechen...) - (fiktive) Geschichte wiedererzählen, die entweder: <ul style="list-style-type: none"> a) vorgegeben b) zusammen entwickelt c) eigenständig ausgedacht ist - mgl. charakteristische Merkmale einer „Rolle“ festlegen und durch adäquate Bewegungen umsetzen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - S. Didaktische Entscheidungen 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausdrucksqualität verbessern - Kooperationsfähigkeit in den Gruppen <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kriterien für eine Darstellung einer erarbeiteten Geschichte

Bewegungsfeld/Sportbereich 5.1	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Bewegen an Geräten – Turnen (5)</i>	A / C	5	6	1.1	5

Freies und normgebundenes Rollen erlernen

Kompetenzerwartungen: BWK 2, MK 1+2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

An verschiedenen Einzelgeräten sollen technisch-koodinative Grundanforderungen des Rollens (einschl. Auf- und Abrollen) um die Quer- und Längsachse erprobt werden. Da die verschiedenen Hindernisse auch „turnerische Wagnissituationen“ darstellen können, sollen die SuS für sich umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden.

Methodenkompetenz:

Turngeräte und -arrangements sicher auf- und abbauen und kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfen geben.

Urteilskompetenz:

Turnerische Präsentationen einschätzen und anhand des Kriteriums „Ausführungsqualität“ bewerten.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

Angabe des 1. Inhaltsfeldes (a - f)

- a
- c

Thema des UV 5.1: „ Freies und normgebundenes Rollen erlernen“ (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eigenes Leistungsvermögen einschätzen und situativ anwenden - Anpassung an verschiedene Sprungsituationen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kennzeichen des Auf-/ Abrollens sowie die verschiedenen Formen des Rollens 	<ul style="list-style-type: none"> - Stationenlernen - Turnen im Fluss - Turngeräte sicher auf- und abbauen - Sicherheitsstellungen kennenlernen und ausführen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einsetzen von Einzelbildern und Bildreihen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auf- und Abrollen - Rolle vorwärts - Freie Formen des Rollens (Seitrollen) - Richtige technische Ausführung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Längsachse - Querachse - Formen des normgebundenen Rollens (Vorwärts-, Rückwärtsrolle) - Freies Rollen (Seitrolle, Doppelrolle...) 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wagnisbereitschaft - Anstrengungsbereitschaft - Durchhaltevermögen <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kriterien für eine Vorführung der Gerätebahn mit einem Partner

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.1	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (hier: Basketball)</i>	<i>A E</i>	<i>5</i>	<i>12</i>	<i>---</i>	<i>6</i>

Ich kann im Team mit- und gegeneinander spielen! – Am Beispiel Basketball einfache Aufgaben in Mannschaftsspielen taktisch sicher und regelgeleitet bewältigen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, BWK 4, MK 1, MK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern (1)
- sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern, taktisch angemessen verhalten (2)
- grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären (3)
- ein großes Mannschaftsspiel und ein Partnerspiel in vereinfachten Formen mit und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen (4)

Methodenkompetenz:

- einfache grafische Darstellungen von Übungsstationen erklären und in der Praxis anwenden (1)
- grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden (2)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, a 3, e 1

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)**
- **Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)**

Kooperation und Konkurrenz (e)

- Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)

Thema des UV 7.1: „Ich kann im Team mit- und gegeneinander spielen! – einfache Aufgaben in Mannschaftsspielen taktisch sicher und regelgeleitet bewältigen“ (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • korrekte Handhaltung • „Dribbelhöhe“ als wesentliches Merkmal erfolgreichen Dribbelns • Erlernung / Anwendung vereinfachter Spielregeln (Schrittfehler/Doppeldribbel/“körperloses“ Spiel) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dribbling/Dribbeln • Doppeldribbel • Schrittfehler • körperloses Spiel • Zwei-Schritt-Rhythmus 	<ul style="list-style-type: none"> • Einsatz unterschiedlichen Ballmaterials • Dribbeln auf unterschiedlichen Untergründen • variantenreiches Dribbeln (Bank/Tempowechsel) • situationsgerechte Anwendung in verschiedenen Spielsituationen (1:1, 2:2, 3:3, ohne Korb) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erproben • grundlegende (vereinfachte) Spielregeln 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dribbeln beidhändig • Dribbeln im Stand / Dribbeln in der Bewegung / Dribbeln in die Bewegung • Dribbling um Hindernisse mit entsprechendem Handwechsel <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dribbeln • Doppeldribbel vs. Schrittfehler 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • aktive Teilnahme <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Test nach vorgegebenen Kriterien • Anwendung / Umsetzung des Dribbelns in variablen Spielformen

Bewegungsfeld/Sportbereich 9.1	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
Ringens und Kämpfen - Zweikampfsport	<i>E,A</i>	<i>5</i>	<i>10</i>	<i>---</i>	<i>7</i>

Ring frei! – Erproben, Erarbeiten und Lösen unterschiedlicher Zweikampfsituationen in fairness- und sicherheitsorientiertem Rahmen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen (1)
- sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und grundlegende Regeln dafür erläutern (2)

Methodenkompetenz:

- grundlegende Regeln, Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden (1)
- durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von Techniken zum Erfolg verhelfen (2)

Urteilskompetenz:

- einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e 3, a 1, e 1

Kooperation und Konkurrenz (e)

- **Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**
- **(Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (3)**

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**

Thema des UV 9.1: „Ring frei! – Erproben, Erarbeiten und Lösen unterschiedlicher Zweikampfsituationen in fairness- und sicherheitsorientiertem Rahmen“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <p>Erarbeitung u. Einhaltung von Kampfregeln</p> <p>Unterschiedliche Formen des Kampfes ausprobieren und deren Anforderungen an konditionelle u. koordinative Fähigkeiten erkennen</p> <p>Induktives Erarbeiten von Lösungsstrategien in den bodenkampfspezifischen Ausgangssituationen Kniestand und Bankstellung</p> <p>Entwicklung u. Ausarbeitung eines eigenen Boden-/Stehkampfes unter Berücksichtigung vereinbarter Sicherheits-/Kampfregeln</p>	<p>Kämpfe erproben im <i>Stationsbetrieb</i> (<i>sachgerechtes Aufbauen von Übungsstationen</i>)</p> <p><i>Beobachtungsbogen</i> zu konditionellen und koordinativen Anforderungen diverser Kämpfe</p> <p><i>Gruppenarbeit</i> zur Lösung zweier unterschiedlicher Ausgangssituationen und zur Kampfstationsentwicklung</p> <p>Erstellen einer bildgestützten <i>Mind-Map</i> zu Kampfregeln</p> <p><i>Gestalten einer Stationskarte</i> „Ringen & Raufen“</p> <p>Fachbegriffe/Methodenkompetenz</p> <p>Erproben (Schüler-/Lehrerinfo)</p> <p>Mind-Map</p> <p>Beobachtungsbogen/Laufzettel</p> <p>Kriterien zur Erstellung von Stationskarten</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Spielerische Gruppenkämpfe</p> <p>Bodenkämpfe</p> <p>Stehkämpfe</p> <p>Kniestand & Bankstellung als bodenkampfspezifische Ausgangssituationen</p> <p>Kampfregeln</p> <p>Fachbegriffe</p> <p>Boden- und Stehkämpfe</p> <p>Bankstellung</p> <p>Kniestand</p> <p>Terminologie der Kampfregeln (z.B. Start- und Stop-Signal, „Shake hands!“, ...)</p> <p>Gleichgewicht und Reaktion (<i>allgemein</i>)</p> <p>Körperspannung, Kraft und Ausdauer (<i>allgemein</i>)</p>	<p>prozessbegleitend:</p> <p>Anstrengungsbereitschaft</p> <p>Sachgerechter Auf- und Abbau der Stationen</p> <p>Einhaltung der aufgestellten Kampfregeln (Fairness)</p> <p>Umsetzung entsprechender Kampfhandlungen</p> <p>Lösungsvorschläge für bodenkampfspezifische Ausgangssituationen</p> <p>punktuell:</p> <p>in Kleingruppen entwickelte Stationskarte und Darstellung/Vorführung (Kriterien: Aufbau, Verständlichkeit, Vollständigkeit, Kreativität)</p> <p>Dokumentation bzgl. Beobachtungsbogen/ Laufzettel</p>

Bewegungsfeld/Sportbereich 8.1	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
Gleiten, Fahren, Rollen	A C F	5	10	---	8

Auf schnellen Rollen - Bewegungsräume mit Inlinern vielfältig und sicher nutzen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- sich mit Gleit- oder Fahr- oder Rollgeräten fortbewegen, Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen (1)
- Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen und gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen (2)

Methodenkompetenz (MK)

- grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten (1)

Urteilskompetenz (UK)

- Gefahrenmomente beim Gleiten oder Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er – Inhaltliche Schwerpunkte: a 1, c 1, c 2, f 1

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Wagnis und Verantwortung (c)

- Spannung und Risiko (1)
- Emotionen (z. B. Freude, Frustration, Angst) (2)

Gesundheit (f)

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)

Thema des UV 8.1: „Auf schnellen Rollen - Bewegungsräume mit Inlinern vielfältig und sicher nutzen“* (10 Stunden)**

*** evtl. vierstündige Einführung durch schulexterne Experten

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <p>Erarbeitung sicherheitsrelevanter Voraussetzungen für das Inline-Skaten (Schutzkleidung, Verhalten im Straßenverkehr, Falltechniken, Bremstechniken)</p> <p>Erlernen der Falltechniken</p> <p>Erlernen grundlegender Bremstechniken</p> <p>Erlernen einfacher Fahrtechniken</p> <p>Entwicklung eines Kurzparcours zu einer bestimmten Technik des Inline-Skatens</p> <p>Durchfahren eines komplexen Skating-Parcours unter Anwendung und Demonstration der erlernten Techniken.</p>	<p><i>Lehrerdemonstration</i> zur Schaffung einer Bewegungsvorstellung</p> <p><i>Spielorientiertes Konzept</i> beim Erlernen, Festigen und Umsetzen diverser Techniken</p> <p><i>Kriterienbasierte Partnerbeobachtung</i> und <i>-evaluation</i> zur Technikoptimierung</p> <p>Bereitstellung eines <i>breiten Übungsangebots</i> für SuS unterschiedlicher Leistungsniveaus</p> <p><i>Gruppenarbeit</i> zur Erarbeitung einer Übungsstation (Kurzparcours) mit speziellem Technikscherpunkt.</p> <p>Fachbegriffe/Methodenkompetenz</p> <p>Partnerbeobachtung/-evaluation</p>	<p>Gegenstände/Fachbegriffe</p> <p>Falltechniken: Double-Kneeing, Bank</p> <p>Bremstechniken: T-Stopp, Fersen-Stopp, Rasen-Stopp, lockeres Abschwingen</p> <p>Fahrtechniken: Grundposition, geradeaus fahren, Kurven fahren, (Übersetzen).</p> <p>Sachgemäßes Anlegen von Knie-, Helm-, Ellenbogen- und Handgelenkschützer</p>	<p>prozessbegleitend:</p> <p>Anstrengungsbereitschaft</p> <p>Kooperationsbereitschaft in Gruppen- und Partnerarbeit im Bereich des Technikerwerbs und der kreativen Ausgestaltung einer Übungsstation</p> <p>Einhaltung der Sicherheitsvereinbarungen</p> <p>punktuell:</p> <p>Parcours auf Zeit/Technik (entsprechender Test wird noch entwickelt)</p> <p>Schriftlicher Test zur Sicherheit beim Inline-Skaten im Straßenverkehr (entsprechender Test wird noch entwickelt)</p> <p>Darstellung/Vorführung eines in Kleingruppen entwickelten Übungsparcours (Kriterien: Umsetzbarkeit der entsprechenden Technik (Passung); alternative Angebote für SuS aller Niveaustufen an der Station)</p>

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.2	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (hier: Volleyball)</i>	<i>A E</i>	<i>5</i>	<i>12</i>	<i>7.4</i>	<i>9</i>

Festhalten nicht erlaubt – erste Erfahrungen mit dem „Volleyspielen“ von Bällen sammeln

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, MK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern (1)
- sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen/Mitspielern und Gegnerinnen/Gegnern taktisch angemessen verhalten (2)
- grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären (3)

Methodenkompetenz:

- grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden (2)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)**
- **Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)**

Kooperation und Konkurrenz (e)

- Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)

Thema des UV 7.2: „Festhalten nicht erlaubt – erste Erfahrungen mit dem „Volleyspielen“ von Bällen sammeln“ (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • individuelle Erfahrungen sammeln, wie unterschiedliche Bälle mit unterschiedlichen Körperteilen volley gespielt werden können • Bälle mit unterschiedlichen Flugeigenschaften & unterschiedlicher Größe einem Partner kontrolliert zuspielen können • individuelle Erfahrungen sammeln, wie unterschiedliche Bälle mit unterschiedlichen Körperteilen volley gespielt werden können <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Volley“ • oberes Zuspiel / Pritschen 	<ul style="list-style-type: none"> • sich auf mehrere Partner einstellen, möglichst viele Wiederholungen ohne Bodenkontakt des Balles schaffen, frühzeitig erkennen, wohin der Ball fliegen wird • gemeinsame Absprachen treffen, wie viele Wiederholungen erreicht werden können • Lösungen finden, wie Aufgabenstellungen zu zweit optimal gelöst werden können <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Antizipation 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliches Ballmaterialien (Größe, Flugeigenschaften, Gewicht, Größe) 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Zusammenarbeit mit dem Partner <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Ernsthaftigkeit in den selbstständigen Partnerübungen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vielseitigkeitsturnier für Dreiergruppen (WVV (Volleyball im Schulsport), S.32) <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> – s. WVV, S. 32