



Pascal-Gymnasium
GREVENBROICH

Schulinternes Curriculum

– Sport –

Erprobungsstufe (Klassen 5 und 6)

| | | |
|---|--|---------------------------------|
| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UV: 1 | Nummer des UVs im BF/SB: |
| Thema des UV: <i>Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten - Allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und strukturiert durchführen</i> | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | Inhaltsfelder (If): Gesundheit (f) | |
| Inhaltliche Kerne: - Allgemeines und spezielles Aufwärmen | Inhaltliche Schwerpunkte: - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens | |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): - sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK): - Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen - grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen, Methodenkompetenz (MK): Urteilskompetenz (UK): - körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen. | |
| Medienkompetenz (MKR): | Bezug zur UNESCO-Säule: | |

| | | |
|---|--|---------------------------------|
| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UV: 10 | Nummer des UVs im BF/SB: |
| Thema des UV: <i>Ich kann im Team mit- und gegeneinander spielen! – einfache Aufgaben im Basketball taktisch sicher und regelgerecht bewältigen</i> | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): Spielen in und mit Regelstrukturen (7) | Inhaltsfelder (If): Kooperation und Konkurrenz (e) | |
| Inhaltliche Kerne: Mannschaftsspiele (Basketball) | Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten Interaktion im Sport | |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): <ul style="list-style-type: none"> - sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten, - in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK): <ul style="list-style-type: none"> - Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen - Sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben Methodenkompetenz (MK): <ul style="list-style-type: none"> - In sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren Urteilskompetenz (UK): <ul style="list-style-type: none"> - sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. | |
| Medienkompetenz (MKR): <ul style="list-style-type: none"> - IFa: mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zu kriteriengeleiteten Rückmeldungen auf grundlegendem Niveau nutzen (MK) | Bezug zur UNESCO-Säule: MR DM | |

| | | |
|--|--|---------------------------------|
| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UV: 6 | Nummer des UVs im BF/SB: |
| Thema des UV: <i>Wie spielt man eigentlich „richtig“? – Erklären und Erleben von kleinen Spielen zur kriteriengeleiteten Untersuchung im Hinblick auf organisatorische Aspekte</i> | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen | Inhaltsfelder (If): Kooperation und Konkurrenz (e) | |
| Inhaltliche Kerne: Kleine Spiele und Pausenspiele | Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten | |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsspiele eigenverantwortlich kreativ und kooperativ spielen - Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-) spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten - Unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (...) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK): <ul style="list-style-type: none"> - Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen. Methodenkompetenz (MK): <ul style="list-style-type: none"> - Selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und –geräte gemeinsam auf- und abbauen. Urteilskompetenz (UK): <ul style="list-style-type: none"> - Sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten | |
| Medienkompetenz (MKR): 2.1 (optional) SuS lernen Informationsrecherchen im Internet zielgerichtet durchzuführen und themenrelevante Informationen auszuwerten, indem sie ein Referat zu den Rahmenbedingungen von Bewegungsspielen (Spielregeln, Spielidee, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) vorbereiten. | Bezug zur UNESCO-Säule: | |

| | | |
|---|---|---------------------------------|
| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UV: 5 | Nummer des UVs im BF/SB: |
| Thema des UV: <i>Ganz schön aus der Puste!?! – mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd laufen können</i> | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): <i>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</i> | Inhaltsfelder (If): Leistung, Gesundheit | |
| Inhaltliche Kerne: Grundlegendes leichtathletisches Bewegen Aerobe Ausdauerfähigkeit | Inhaltliche Schwerpunkte: Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens | |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): - Eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15min) erbringen | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK): - Psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen - Psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben. Methodenkompetenz (MK): - Einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden - Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen. Urteilskompetenz (UK): - Körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen. | |
| Medienkompetenz (MKR):1.2 Die SuS nutzen digitale Werkzeuge und deren vielfältigen Funktionsumfang, indem sie verschiedene Funktionen zur Zeitmessung (Stoppuhr, Timer, Intervalle, etc) selbstständig zur Unterrichtsgestaltung einsetzen. | Bezug zur UNESCO-Säule: | |

| | | |
|--|---|---------------------------------|
| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UV: 6 | Nummer des UVs im BF/SB: |
| Thema des UV: Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen – einfache technisch-koordinative Grundformen für eine ästhetisch-gestalterische Präsentation mit dem Springseil nutzen | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste | Inhaltsfelder (If): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Bewegungsgestaltung (b) | |
| Inhaltliche Kerne: Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) | Inhaltliche Schwerpunkte: Variation von Bewegung Präsentation von Bewegungsgestaltungen Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen | |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): - Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK): - Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen, - grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen. Methodenkompetenz (MK): - Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten, - einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden. Urteilskompetenz (UK): - kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen. | |
| Medienkompetenz (MKR): | Bezug zur UNESCO-Säule: | |

| | | |
|--|---|---------------------------------|
| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UV: 1 - 2 | Nummer des UVs im BF/SB: |
| Thema des UV: Wir sind gespannt! – Muskel- und Körperspannung wahrnehmen und nutzen lernen | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1) | Inhaltsfelder (If): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) (leitend) Leistung (d) (ergänzend) | |
| Inhaltliche Kerne: Motorische Grundfähigkeiten und –fertigkeiten | Inhaltliche Schwerpunkte: Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d) | |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrecht erhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK): Methodenkompetenz (MK): Urteilskompetenz (UK): | |
| Medienkompetenz (MKR): | Bezug zur UNESCO-Säule: | |

| | | |
|--|--|---------------------------------|
| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UV: 6 | Nummer des UVs im BF/SB: |
| Thema des UV: Fairness bei Gruppen-/Partnerkämpfen – Zweikämpfe spielerisch vorbereiten und beim Gegeneinander kooperieren | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport (9) | Inhaltsfelder (If): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) (ergänzend) Kooperation und Konkurrenz (e) (leitend) | |
| Inhaltliche Kerne: Kämpfen um Raum und Gegenstände Kämpfen mit- und gegeneinander | Inhaltliche Schwerpunkte: Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Interaktion im Sport (e) | |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): - unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden, - in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen. | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK): - unterschiedliche Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben, - Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen, - Sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben. Methodenkompetenz (MK): - in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren. Urteilskompetenz (UK): - sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. | |
| Medienkompetenz (MKR): | Bezug zur UNESCO-Säule: MR DM | |

| | | |
|---|--|---------------------------------|
| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UV: 7 | Nummer des UVs im BF/SB: |
| Thema des UV: Wir spielen mit- und gegeneinander! Erlernen sportspielübergreifender Basiskompetenzen in vielfältigen Spielformen | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7) | Inhaltsfelder (If): Kooperation und Konkurrenz (e) | |
| Inhaltliche Kerne: Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten | Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten Interaktion im Sport | |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): - sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Basiskompetenzen (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK): - Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen Methodenkompetenz (MK): Urteilskompetenz (UK): - Sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten | |
| Medienkompetenz (MKR): | Bezug zur UNESCO-Säule: MR DM | |

| | | |
|---|---|---------------------------------|
| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UV: 12 | Nummer des UVs im BF/SB: |
| Thema des UV: Den Körper im dreidimensionalen Raum erfahren – Vom vielfältigen turnerischen Bewegen an unterschiedliche Geräten zur individuellen Kür an Boden und Sprung | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): Bewegen an Geräten – Turnen | Inhaltsfelder (If): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Bewegungsgestaltung (b) Wagnis und Verantwortung (c) | |
| Inhaltliche Kerne: - Turnen an Geräten - Turnen an Gerätebahnen und -kombinationen | Inhaltliche Schwerpunkte: Wahrnehmung und Körpererfahrung Struktur und Funktion von Bewegungen Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens Präsentation von Bewegungsgestaltungen Handlungssteuerung | |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): <ul style="list-style-type: none"> ○ vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren, Bank/Balken/Slackline, Kasten/Bock, Sprossenwand, Boulder-/Kletterwand) demonstrieren, ○ eine Kür aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Parallelbarren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren. ○ eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen (aus BF/ SB 1) | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK): Wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen Methodenkompetenz (MK): mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden. verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen Urteilskompetenz (UK): kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen. einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen | |
| Medienkompetenz (MKR): | Bezug zur UNESCO-Säule: | |

| | | |
|--|---|-------------------------------------|
| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UVs: 12 | Nummer des UVs im BF/SB: 3.1 |
| Thema des UV: Schneller und weiter – mit Lauf- und Sprung-ABC koordiniert zum Sprinten und Weitsprung | | |
| BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik | Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungskernen | |
| Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none">• Grundlegendes leichtathletisches Bewegen | Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none">• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] | |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none">• Grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites Springen) vielseitig und spielbezogen ausführen | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none">• Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allg. Aufwärmen, Kleidung) benennen MK <ul style="list-style-type: none">• Einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden• Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen. UK | |

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe: | Leistungsbewertung: |
|--|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Erproben unterschiedlicher koordinativer Fertigkeiten als Vorbereitung und Vervollkommnung des leichtathletischen Sprints und Schrittweitsprungs <ul style="list-style-type: none"> ○ Übungen des Lauf-ABCs: Fußgelenksarbeit, Skippings, Anfersen, Schlaglauf ○ Übungen des Sprung-ABCs als Grundlage zum Erlernen der Take-Off-Position: Sprunglauf links, Sprunglauf rechts, Hopslerlauf mit betontem Absprung ○ grundlegende Formen des weiten Springens (durch Schnelligkeit und Höhe in die Weite) mit dem Ziel eines Schrittweitsprungs aus der Zone ○ koordiniertes Sprinten aus dem Hochstart • Beurteilung der Bewegungsausführung der Mitschülerinnen und -schüler anhand einfacher Kriterien | <ul style="list-style-type: none"> • Weitsprunglandungen nur im Freiluftbereich (Verletzungsgefahr in der Halle) • Weitsprung aus der Zone | <p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fußgelenksarbeit, Skippings, Anfersen, Schlaglauf • Take-Off-Position, Sprunglauf links, Sprunglauf rechts, Hopslerlauf • Schrittweitsprung Rotation | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technik des Lauf- und Sprung-ABCs • Technik des Sprintlaufs • Technik des Schrittweitsprungs <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • fakultativ: Weite im Weitsprung • Dreikampf im Rahmen des Sportfestes |

| | | |
|---|--|---------------------------------|
| Jahrgangsstufe: 6 | Dauer des UV: 10 | Nummer des UVs im BF/SB: |
| Thema des UV: <i>Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen! – Einfache Aufgaben im Badminton taktisch sicher und regelgerecht bewältigen</i> | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): Spielen in und mit Regelstrukturen (7) | Inhaltsfelder (If): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) leitend Kooperation und Konkurrenz (e) ergänzend | |
| Inhaltliche Kerne: Partnerspiele (Badminton) | Inhaltliche Schwerpunkte: Wahrnehmung und Körpererfahrung Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen Struktur und Funktion von Bewegung | |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): <ul style="list-style-type: none"> - sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten, - in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK): <ul style="list-style-type: none"> - wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. Methodenkompetenz (MK): <ul style="list-style-type: none"> - selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen - einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden Urteilskompetenz (UK): <ul style="list-style-type: none"> - einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen | |
| Medienkompetenz (MKR): | Bezug zur UNESCO-Säule: | |

| | | |
|---|---|---------------------------------|
| Jahrgangsstufe: 6 | Dauer des UV: 8 | Nummer des UVs im BF/SB: |
| Thema des UV: <i>Das Rollen (wieder-)entdecken - Bewegungsräume mit dem Waveboard vielfältig und sicher nutzen</i> | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport (8) | Inhaltsfelder (If): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen(a) leitend Wagnis und Verantwortung(c) leitend Gesundheit (f) ergänzend | |
| Inhaltliche Kerne: Rollen und Fahren auf Rädern | Inhaltliche Schwerpunkte: Wahrnehmung und Körpererfahrung Handlungssteuerung Unfall- und Verletzungsprophylaxe | |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): <ul style="list-style-type: none"> - sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät kontrolliert fortbewegen, gezielt die Richtung ändern sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen, - grundlegende, gerätspezifische Anforderungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter bewegungsökonomischen oder gestalterischen Aspekten sicherheitsbewusst bewältigen. | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK): <ul style="list-style-type: none"> - die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben. Methodenkompetenz (MK): <ul style="list-style-type: none"> - Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen. Urteilskompetenz (UK): <ul style="list-style-type: none"> - einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen. | |
| Medienkompetenz (MKR): | Bezug zur UNESCO-Säule: | |

| | | |
|--|---|---------------------------------|
| Jahrgangsstufe: 6 | Dauer des UV: 6 | Nummer des UVs im BF/SB: |
| Thema des UV: Wo sind meine persönlichen konditionellen Stärken? – Stärken und Schwächen motorisch Leistungsfähigkeit erkennen, langfristig verbessern | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | Inhaltsfelder (If): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d) | |
| Inhaltliche Kerne: Motorische Grundfertigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness | Inhaltliche Schwerpunkte: Wahrnehmung und Körpererfahrung Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit Leistungsverständnis im Sport | |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): - Grundlegende motorische Basiskompetenzen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden. | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK): - die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen - in sportbezogenen Anforderungssituationen psycho-physische Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen nachweisen und grundlegend beschreiben (2) Methodenkompetenz (MK): Urteilskompetenz (UK): - ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen | |

| | | | |
|--|---------------------------|--|--|
| Medienkompetenz (MKR): | | Bezug zur UNESCO-Säule: | |
| Jahrgangsstufe: 6 | Dauer des UV: 6 | Nummer des UVs im BF/SB: | |
| Thema des UV: <i>Systematisch und strukturiert spielen lernen – grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeiten in kleinen Spielen anwenden</i> | | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen | | Inhaltsfelder (If): Kooperation und Konkurrenz | |
| Inhaltliche Kerne: Kooperative Spiele | | Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten | |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): <ul style="list-style-type: none"> - Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-) spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten - Unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (...) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen | | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK): <ul style="list-style-type: none"> - Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen. Methodenkompetenz (MK): <ul style="list-style-type: none"> - Selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und –geräte gemeinsam auf- und abbauen. - In sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren Urteilskompetenz (UK): <ul style="list-style-type: none"> - Sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten | |
| Medienkompetenz (MKR):2.1 (optional ?) SuS lernen Informationsrecherchen im Internet zielgerichtet durchzuführen und themenrelevante Informationen auszuwerten, indem sie ein Referat zu den | | Bezug zur UNESCO-Säule: | |

| | |
|---|--|
| Rahmenbedingungen von Bewegungsspielen (Spielregeln, Spielidee, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) vorbereiten. | |
|---|--|

| | | |
|--|--|---------------------------------|
| Jahrgangsstufe: 6 | Dauer des UV: 10 | Nummer des UVs im BF/SB: |
| Thema des UV: Drehen, Springen, Tauchen, Los! – Mit vielfältigen Bewegungserfahrungen im Wasser zum Brustschwimmen | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): Bewegen im Wasser - Schwimmen | Inhaltsfelder (If): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Gesundheit (f) | |
| Inhaltliche Kerne: Allgemeines und spezielles Aufwärmen Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten Aerobe Ausdauerfähigkeit | Inhaltliche Schwerpunkte: Wahrnehmung und Körpererfahrung Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen Struktur und Funktion von Bewegungen Unfall- und Verletzungsprophylaxe Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens | |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): <ul style="list-style-type: none"> - das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, - grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen - eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen, - in unterschiedlichen Situation sicherheitsbewusst Springen und Tauchen | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK): <ul style="list-style-type: none"> - unterschiedliche Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben, - wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. - grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen, - Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen. Methodenkompetenz (MK): <ul style="list-style-type: none"> - einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden. - Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen. Urteilskompetenz (UK): | |

| | |
|-------------------------------|--------------------------------|
| Medienkompetenz (MKR): | Bezug zur UNESCO-Säule: |
|-------------------------------|--------------------------------|

| | | |
|--|---|---------------------------------|
| Jahrgangsstufe: 6 | Dauer des UV: 5 | Nummer des UVs im BF/SB: |
| Thema des UV: Fit und leistungsstark! – In einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): Bewegen im Wasser - Schwimmen | Inhaltsfelder (If): Leistung (d) Gesundheit (f) | |
| Inhaltliche Kerne: Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten Aerobe Ausdauerfähigkeit | Inhaltliche Schwerpunkte: Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens Leistungsverständnis im Sport Unfall- und Verletzungsprophylaxe | |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen - eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-kordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen - eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen (aus BF/ SB 1) | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK): <ul style="list-style-type: none"> - die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen, - psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen, - psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben. - Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen. Methodenkompetenz (MK): <ul style="list-style-type: none"> - Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen. einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden. Urteilskompetenz (UK): <ul style="list-style-type: none"> - ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen. | |

| | | | |
|---|---------------------------|---|--|
| | | - körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen. | |
| Medienkompetenz (MKR): | | Bezug zur UNESCO-Säule: | |
| Jahrgangsstufe: 6 | Dauer des UV: 8 | Nummer des UVs im BF/SB: | |
| Thema des UV: Let's Dance! – Gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen | | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste | | Inhaltsfelder (If): Bewegungsgestaltung (b) | |
| Inhaltliche Kerne: Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung | | Inhaltliche Schwerpunkte: Variation von Bewegung Präsentation von Bewegungsgestaltungen Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen | |

| | | | |
|--|--------------------------------|--|--|
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): - eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren. | | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK): - Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen, - grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen. Methodenkompetenz (MK): - Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten, - einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden. - einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden. Urteilskompetenz (UK): - kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen. | |
| Medienkompetenz (MKR): MKR 1.2 und 1.4 | | Bezug zur UNESCO-Säule: | |
| Jahrgangsstufe: 6 | Dauer des UV: 12 | Nummer des UVs im BF/SB: | |
| Thema des UV: An vorgegebenen Turngeräten wettkampfgerecht und sicher turnen zur Vorbereitung der Bundesjugendspiele Turnen | | | |
| Bewegungsfeld/ Sportbereich (BF/SB): Bewegen an Geräten – Turnen | | Inhaltsfelder (If): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Bewegungsgestaltung (b) Leistung (d) | |
| Inhaltliche Kerne: Turnen an Geräten Turnen an Gerätebahnen und -kombinationen | | Inhaltliche Schwerpunkte: Präsentation von Bewegungsgestaltungen Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit Leistungsverständnis im Sport | |

| | |
|--|---|
| <p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):</p> <ul style="list-style-type: none"> - vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren, Bank/Balken/Slackline, Kasten/Bock, Sprossenwand, Boulder-/Kletterwand) demonstrieren, - eine Kür aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Parallelbarren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren. | <p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Sachkompetenz (SK):</p> <ul style="list-style-type: none"> - psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben. <p>Methodenkompetenz (MK):</p> <ul style="list-style-type: none"> - mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen - einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden. <p>Urteilskompetenz (UK):</p> <ul style="list-style-type: none"> - einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen. - ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen. |
| <p>Medienkompetenz (MKR):</p> <p>MKR 1.2 und MKR 1.4</p> | <p>Bezug zur UNESCO-Säule:</p> |