



Pascal-Gymnasium  
GREVENBROICH

**Schulinternes Curriculum**

**– Sport –**

**Mittelstufe (Klassen 7 bis 10)**

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
<b>Thema des UV:</b> Sport ist so vielseitig! – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten		
<b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen f - Gesundheit	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>sich funktional und wahrnehmungsorientiert - allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen [10 BWK 1.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li> </ul>	



Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 1.2
<p><b>Thema des UV:</b>  <i>Wie fit bin ich und wie werde ich besser? Seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings – insbesondere des Ausdauertrainings – kennen und anwenden sowie weitere Entspannungstechniken erfahren</i></p>		
<p><b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>d - Leistung</b>  <b>f - Gesundheit</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> <li>• Aerobe Ausdauerfähigkeit</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> <li>• Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 30 min, Schwimmen 20 min, Aerobic 30 min, Radfahren 60 min) in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen [10 BWK 1.4]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1]</li> <li>• grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1]</li> <li>• ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1]</li> </ul> <p><b>UK</b></p>	

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

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p>Medienkompetenz (MKR): 1.1 / 1.2 / 1.3 / 1.4</p> <p>Vorbereitung auf den Herbstlauf unter Zuhilfenahme von zumindest einer ausgewählten Lauf-App (z. B. Runtastic), die in mindestens einer Stunde thematisiert werden muss.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dauermethode</li> <li>• Extensive Intervallmethode</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauertrainingsmethoden (Auswahl und Einführung)</li> <li>• Anpassungserscheinungen beim Ausdauertraining</li> <li>• Weitere Entspannungstechnik</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dauermethode</li> <li>• Ggf. extensive Intervallmethode</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuelle Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft</li> </ul> <p>punktuell: Schriftl. Überprüfung (z.B. Ausdauertrainingsmethoden, Anpassungserscheinungen beim Ausdauertraining als langfristige Vorbereitung auf EF)</p>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 3.3
<b>Thema des UV: Das hab` ich noch nie gemacht! – Hochsprung als neue Herausforderungen annehmen</b>		
<b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>	<b>Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf / Stoß)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-kordinativen Fertigkeiteniveau ausführen [10 BWK 3.1]</li> <li>• eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben unterschiedlicher koordinativer Fertigkeiten als Vorbereitung und Vervollkommnung des leichtathletischen Sprints und Schlagballweitwurfs <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Übungen des Lauf-ABCs: s. LA-Vorhaben 5 &amp; 6, Kurvenläufe</li> <li>○ Übungen des Sprung-ABCs: s. LA-Vorhaben 5 &amp; 6, rhythmisierte Einbeinsprünge</li> <li>○ Vielfältige Formen des Springens in die Höhe: Schersprung in den Stand, Flop in die L-Position (ggf. Geschichte des Hochsprungs)</li> </ul> </li> <li>• Beurteilung der Bewegungsausführung (Nutzung von Semifeedback)</li> <li>• Anwendung der Sicherheitsaspekte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufbau: Seitliche Sicherung durch Matten</li> <li>• Nutzung einer Gummi-Schnur</li> <li>• L-Landung mit schulterbreit geöffneten Beinen</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bedeutung des Körperschwerpunktes bei der Lattenüberquerung</li> <li>• Anlaufgestaltung / Absprung</li> <li>• Sicherheit</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kurvenlauf</li> <li>• Schwungelemente</li> <li>• Längsachsendrehung</li> <li>• L-Landung</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik des Scher- und Flopsprungs</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 5.3
<b>Thema des UV: Nur fliegen ist schöner - Kennenlernen und Erproben von dynamischen Turnelementen mit Anlauf unter Zuhilfenahme der Airtrackbahn</b>		
<b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> Wählen Sie ein Element aus.
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normungebundenenes Turnen an Geräten und Geräte-kombinationen</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• turnerische Grundelemente auf technisch-kordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [10 BWK 5.1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungs-merkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>• die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li> <li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]</li> </ul>	



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

**UK**

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

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<b>Airtrackbahn zur Sprungunterstützung</b>	<b>Deduktive Vorgehensweise</b>  <b>Klare Sicherheitsbelehrung</b>	Reflektierte Praxis:  <b>Nach der ersten Erprobungsphase -&gt; Vorteile der Airtrackbahn thematisieren</b>          Fachbegriffe: Anlauf <b>Ganzkörperspannung</b> <b>Stützphase</b> Abdruckphase Landephase <b>Anlauf</b>	unterrichtsbegleitend:  kriteriengeleitete qualitative Techniküberprüfung          punktuell:

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
<b>Thema des UV:</b> <i>Step–Aerobic – Eine in Gruppen erarbeitete Choreographie präsentieren und bewerten</i>		
<b>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> Wählen Sie ein Element aus. <b>b - Bewegungsgestaltung</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgerät oder Alltagsmaterialien)</li> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> <li>• Gestaltungskriterien [b]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (Ball, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.1]</li> <li>• eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Hip-Hop, Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> <li>• das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2]</li> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Medienkompetenz (MKR):</b> <b>1.1 / 1.2</b> Videoanalysen nutzen: SuS filmen ihre und/oder andere Chores und beurteilen sie nach den erarbeiteten Kriterien.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einführung in die Gruppenarbeit: Umsetzen von Musik in Bewegung.</li> <li>• Unterschiedliche Bewegungsvarianten eines Tanzstils kennen lernen</li> </ul>	<p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Aufstellungsformen klären:</li> <li>• Raum, Zeit, Dynamik, Kraft...</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe: Gestaltungskriterien: Raum, Zeit, Dynamik, Choreographie, Synchronität und Rhythmik</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><b>Individuelle Einsatzbereitschaft</b></p> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfache rhythmische Kleingruppenpräsentation unter Verwendung der Bewegungsgrundformen und Elementen aus standardisierten Tanzformen</li> </ul> <p>Gut: Bewegungsfluss, -qualität, Synchronität, Rhythmik, Anzahl und Kreativität der spezifischen Bewegungselemente sind sichtbar erfüllt</p> <p>Ausreichend: Bewegungsfluss, -qualität, Synchronität, Rhythmik, Anzahl und Kreativität der spezifischen Bewegungselemente sind annähernd erfüllt.</p>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
<b>Thema des UV:</b> <i>Spiele miteinander – Einführung in das Volleyballspiel anhand kooperativer Spielformen zur grundlegenden Volleyballtechnikvermittlung</i>		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]</li> <li>sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampferhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> <li>Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]</li> </ul>	



Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
<b>Thema des UV:</b> <i>Gegeneinander spielen und gewinnen wollen – Basketball regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen</i>		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>d - Leistung</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1]</li> <li>• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3]</li> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampferhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</li> <li>• einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2]</li> </ul>	



Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
<b>Thema des UV:</b> <i>Das Rollen (wieder-)entdecken - Bewegungsräume mit dem Scooter (Roller) vielfältig und sicher nutzen</i>		
<b>BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/Wintersport</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>c - Wagnis und Verantwortung</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich in komplexen Anforderungssituationen unter Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen [10 BWK 8.1]</li> <li>• gerätespezifische, technisch-koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetisch, gestalterisch, spielerisch oder wettkampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren [10 BWK 8.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]</li> </ul>	





Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 3.4
<b>Thema des UV:</b> Kugelstoßen leicht gemacht – vom regelgerechten Ausstoß zur komplexen Standstoßtechnik		
<b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> Wählen Sie ein Element aus.
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li><li>• Wählen Sie ein Element aus.</li></ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li><li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li><li>• Variation von Bewegung [b]</li></ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2]</li><li>• Wählen Sie ein Element aus.</li></ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li></ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li><li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]</li><li>• Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2]</li></ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li></ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die SuS erproben               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ kugelstoßspezifische Bewegungen (in der Erwärmung) mit dem Medizinball und der Kugel: rückwärtiges und frontales Schocken, beidbeiniges Stoßen frontal, Frontaler einarmiger Stoß, Kugelgewöhnung / Gerätehandhabung</li> <li>○ den Standstoß aus der Stoßauslage (ggf. reaktiv)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• deduktives Vorgehen (Sicherheitsvorkehrungen beachten)</li> <li>• Kugelgewichte: 3 und 4 kg</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Unterschied Werfen – Stoßen Koordination der Teilimpulse der kinematischen Kette</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kinematische Kette</li> <li>• Unterschied Werfen - Stoßen</li> <li>• Stoßauslage</li> <li>• Streck-Schwenkbewegung</li> <li>• Fixierte Körperhälfte (Block)</li> <li>• Druckbewegung</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterrichtsbegleitend: Technik des Standstoßes Stoßauslage (ggf. reaktiv)</li> <li>• Kriterien: regelkonformer Stoß, Einhalten der kinematischen Kette</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kriteriengeleitete Techniküberprüfung</li> <li>• In Ausnahmefällen (bei stabiler Technik) auf Leistung</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 4.1
<b>Thema des UV:</b> <i>Durchhalten! – Schwimmstile, Techniken und Methoden für ein ausdauerndes Schwimmen verbessern</i>		
<b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen f - Gesundheit
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmarten einschließlich Start und Wende</li> <li>• Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f]</li> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher ausführen [10 BWK 4.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1]</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li> </ul>	



Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 4.1
<b>Thema des UV:</b> <i>Safety First – Formen der Selbst- und Fremddrettung kennenlernen und anwenden.</i>		
<b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>c - Wagnis und Verantwortung</b> <b>f - Gesundheit</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Handlungssteuerung [c]</li> <li>Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c]</li> <li>Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- und Fremddrettung sachgerecht nutzen [10 BWK 4.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2]</li> <li>die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li> <li>Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen [10 UK f1]</li> </ul>	



Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
<b>Thema des UV:</b> Akrobatische Kunststücke – eine Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren und bewerten.		
<b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>b - Bewegungsgestaltung</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Akrobatik</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren [10 BWK 5.2]</li> <li>• turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> <li>• das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]</li> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]</li> </ul>	





Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 7.3
<b>Thema des UV:</b> <i>Was macht die Unterschiede der Spiele aus? – Grundideen und Strukturen von Ultimate-Frisbee analysieren, verändern und mit anderen Spielideen vergleichen.</i>		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Endzonenspiel (z.B. Ultimate Frisbee, Rugby, Flag-Football) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen [10 BWK 7.3]</li> <li>• sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampferhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</li> <li>• in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]</li> </ul>	



Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
<p><b>Thema des UV:</b> Den Anforderungen eines Turniers gewachsen sein – Spielsituationen im Badminton wahrnehmen und technisch-koordinativ sowie taktisch-kognitiv angemessen handeln.</p>		
<p><b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b>  e - Kooperation und Konkurrenz  a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]</li> </ul>	



Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
<b>Thema des UV:</b> Entwicklung der Spielfähigkeit im Hallenhockey zur Erweiterung der Bewegungserfahrung		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b> <b>f - Gesundheit</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> <li>• Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1]</li> <li>• eine Sportspielvariante (z.B. Floorball) o. ein alternatives Mannschafts-/Partnerspiel (z.B. Tchoukball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven u. technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht u. situativ angemessen spielen (10 BWK 7.4)</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</li> <li>• in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness,</li> </ul>	



Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
<b>Thema des UV:</b> Festhalten, Befreien und Fallen - Lösungen für (Boden-) Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Kampf und Fall sicher nutzen!		
<b>BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Haltegriffe und Befreiungen, Falltechniken) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z.B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden [10 BWK 9.1]</li> <li>• in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangemessen, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a.</li> </ul>	





Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
<b>Thema des UV: Den Körper wahrnehmen und mediale Fitnessprogramme kritisch beurteilen – Erarbeitung eines Ganzkörperworkouts und Vergleich mit einem Fitnessapp-Workout</b>		
<b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>f - Gesundheit</b> <b>b - Bewegungsgestaltung</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> <li>• Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich funktional und wahrnehmungsorientiert - allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen [10 BWK 1.1]</li> <li>• ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 1.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1]</li> <li>• Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2]</li> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2]</li> </ul>	

	<p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen [10 UK f1]</li> <li>• den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]</li> <li>• die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]</li> </ul>
--	--

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:</b>	<b>Leistungsbewertung:</b>
<p>Sinn und Unsinn von Aufwärmen</p> <p>Unterschied zwischen allgemeinem und spezifischem Aufwärmen vertiefen</p> <p>Was ist ein Ganzkörperworkout?</p> <p>Erarbeiten eines Ganzkörperworkouts für die großen Muskelgruppen mit Hilfe von selbst entwickelten Kriterien</p> <p>Durchführung und Bewertung eines Ganzkörperzirkeltrainings</p> <p>Vergleich des eigenen Ganzkörperworkouts mit einem appbasierten Fitnessworkout</p>	<p>Kennenlernen von Kriterien für das Erstellen eines sportartspezifischen Aufwärmprogrammes</p> <p>Kennenlernen von Kriterien zur gesundheitsbewussten Ausführung von Kraftübungen</p> <p>Eigenständiges Entwickeln von Übungen zu ausgewählten Muskelgruppen</p> <p>Feedback und Beobachtungsbögen zur qualitativen Bewegungsausführung</p> <p>Kritische Auseinandersetzung von medialen Angeboten unter Zuhilfenahme selbst ausgewählter Fitness-Apps (bestenfalls einigt man sich auf eine!)</p>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Körperbilder</p> <p>Dissonanz zwischen medial vermittelter Darstellung und der Realität</p> <p>Körperwahrnehmung in Bezug auf die qualitative Bewegungsausführung</p> <p>Fachbegriffe:</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Qualitative Bewegungsausführung der unterschiedlichen Kraftübungen</p> <p>punktuell: Erstellen einer Übung für das Ganzkörperworkout</p> <p>Bewertung der Fitnessapp und medial vermittelter Körperbilder (schriftliche Begründung, ob die App geeignet ist oder nicht)</p> <p>Erstellen eines Aufwärmprogrammes für die Klasse</p>

Bewertung und Beurteilung der Fitness App auf Grundlage der zuvor erarbeiteten Kriterien			
--	--	--	--

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 9	Nummer des UVs im BF/SB: 5.3
<b>Thema des UV:</b> Le Parkour – durch geschickte Nutzung von Hindernissen: höher, schneller, weiter		
<b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>c - Wagnis und Verantwortung</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normungebundenenes Turnen an Geräten und Geräte-kombinationen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [10 BWK 5.1]</li> <li>• turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1]</li> <li>• die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]</li> <li>• Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2]</li> </ul> <b>UK</b>	

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

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p>Wagnissituationen den verschiedenen Leistungsständen anpassen            Individuelle Leistungsfähigkeit: über präzise Ausführung zum neuen Wagnis.</p>	<p>Idee: SuS erarbeiten einzelne Techniken und erstellen Lernvideos für die anderen. Darüber können dann unterschiedliche Medien verglichen werden.</p> <p>Reihe: Techniken erarbeiten lassen, Techniken auf festgelegten Parkour anwenden anhand Schwierigkeitsgrad und technisch saubere Ausführung</p>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Einschätzungen abfragen und überprüfen</li> <li>- Fehleinschätzungen beurteilen</li> <li>- Angst thematisieren (schützend, hemmend, etc.)</li> </ul> <p>Fachbegriffe:            Verschiedene Überwindungstechniken</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eigene Leistungssteigerung</li> <li>- Mitarbeit in Reflexionsphasen</li> <li>- Eigene Leistungsfähigkeit einschätzen</li> </ul> <p>punktuell:            Zielparcour wird durchlaufen unter Berücksichtigung eigener Leistungs- und Ausführungsfähigkeit.</p>

<b>Jahrgangsstufe: 9</b>	<b>Dauer des UVs: 1 Woche Skifahrt</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB:</b>
<b>Thema des UV: Erlernen und Vertiefen der Grundfertigkeiten des Skifahrens unter besonderer Berücksichtigung</b>		
<b>BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/Wintersport</b>	<b>Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c - Wagnis und Verantwortung</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee</li></ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li><li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li><li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li><li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li></ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• sich in komplexen Anforderungssituationen unter Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen [10 BWK 8.1]</li><li>• gerätespezifische, technisch-koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetisch, gestalterisch, spielerisch oder wett-kampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren [10 BWK 8.2]</li></ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2]</li><li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li><li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li><li>• die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li></ul> <b>MK</b>	

- Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]
  - Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2]
  - grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]
  - analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]
  - unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]
- UK**
- komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]
  - Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]

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



Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
<p><b>Thema des UV:</b>  <b>Spiele aus anderen Kulturkreisen kriteriengeleitet entwickeln und spielen sowie deren lernförderlichen Einsatz unter ausgewählten Zielsetzungen sicherstellen.</b></p>		
<p><b>BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>  <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b></p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiele aus anderen Kulturen</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.2]</li> <li>• lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.1]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p>	

- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]
- Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]
- einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2]
- in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]

**UK**

- Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]

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

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 6.3
Thema des UV: Standardtänze – Kennenlernen verschiedener (internationaler) Gesellschaftstänze		
<b>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>b - Bewegungsgestaltung</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungskünste</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Hip-Hop, Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen - allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1]</li> <li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Geschlechtsübergreifendes Miteinander Tanzen, um Hemmungen abzubauen.</li> <li>- Vorbereitung auf zukünftige besondere Anlässe.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rhythmik schulen durch u.a. Takte zählen.</li> <li>- Regelmäßige Partnerwechsel</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Geschichtlicher Hintergrund der Tänze.</li> <li>- Erfahrungen bei geschlechtsübergreifendem Tanzen.</li> <li>- Leaderrolle und Nicht-Leaderrolle thematisieren.</li> </ul> <p>Fachbegriffe: Tanzabhängig</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Umgang bei wechselnden Partner:innen.</li> <li>- Umsetzung der vorgegebenen Tanzschritte.</li> </ul> <p>punktuell: Präsentation einer Auswahl verschiedener erarbeiteter Tänze anhand vorgegebener Kriterien.</p>

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
<b>Thema des UV: Vertiefung und Erweiterung volleyballspezifischer Grundtechniken im Angriff</b>		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]</li> <li>• sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li> <li>• einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2]</li> <li>• in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]</li> </ul>	

**UK**

- Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:</b>	<b>Leistungsbewertung:</b>
<p>Erweiterung der Grundtechniken im Angriff, Einführung von:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aufschlag von unten <b>oder</b> oben</li><li>• Angriffsschlag</li></ul> <p>Spielfähigkeit: Vom 2 mit 2 zum 2 gegen 2 auf dem Kleinfeld (Badmintonfeld)</p>	<p>Auf dem Kleinfeld (Badmintonfeld)</p>	<p>Reflektierte Praxis:</p>          <p>Fachbegriffe:</p>	<p>unterrichtsbegleitend: Spielfähigkeit im 2 mit und 2 gegen 2</p>          <p>punktuell: Abnahme einer der beiden neu erlernten Techniken: Einhaltung der Technikmerkmale und der Ausführungsqualität und ggf. -quantität</p>

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 3.7
<b>Thema des UV: Wir drehen durch – Erproben von alternativen Beschleunigungsformen im Wurf</b>		
<b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>		<b>Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>• die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]</li> <li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]</li> </ul>
--	---

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben alternativer Beschleunigungswege im Wurfbereich (ggf. Stoß)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anlaufbereich: 2m</li> <li>• Gegenstände: Wurfringe, Schleuderbälle (kurz gefasst, lang gefasst)</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Orientierung im Raum</li> <li>• Ausnutzung des zur Verfügung stehenden Raumes für den Beschleunigungsweg</li> <li>• Beschleunigungsweg des Gerätes</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rotation</li> <li>• Wurfauslage</li> <li>• Schleppen (Wurfarm verbleibt in der Vorbereitungsphase hinter dem Körper.)</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>punktuell:</p>



Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 6.4
<b>Thema des UV: Bewegungstheater – tänzerische oder gestalterische Darstellung eines Themas/einer Geschichte unter Berücksichtigung eines passenden Musikstücks</b>		
<b>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>b - Bewegungsgestaltung</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> <li>• Ausgangspunkte von Gestaltungen [b]</li> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbstständig um- und neugestaltete künstlerische Bewegungskomposition aus einem ausgewählten Bereich (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage) allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen - allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1]</li> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]</li> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]</li> </ul> <b>UK</b>	

- die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Umsetzen von Musik in Bewegung.</li> <li>- Vom Kennenlernen verschiedener Ausdrucksmöglichkeiten und Eigen- und Fremdwirkung von Bewegung, Musik und Thema zur eigenen Komposition.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kreativität der SuS wird durch regelmäßige Änderungen der Ausgangspunkte gefördert.</li> <li>- Von der Improvisation zur Choreografie.</li> <li>- Regelmäßige Ergebnispräsentation als Übung zur konstruktiven Kritik unter Berücksichtigung der Gefühle/Empfindungen anderer.</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Was hat die Bewegung/Musik/Thema bei euch ausgelöst?</li> <li>- Schwierigkeiten und Unterschiede von Synchronität und Improvisation</li> <li>- verschiedene Entstehungsformen einer Choreografie</li> </ul> <p>Fachbegriffe: Gestaltungskriterien: Raum, Zeit, Dynamik; Choreografie, Synchronität, Rhythmik und Improvisation</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kreativität in Gruppenarbeitsphasen.</li> <li>- Bereitschaft sich auf neues einzulassen.</li> <li>- Regelmäßige Ergebnispräsentationen.</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gemeinsame Erarbeitung von Bewertungskriterien</li> <li>- Gruppenpräsentation zum Abschluss</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
<b>Thema des UV: Erweiterung der Spielfähigkeit im Hallenhockey zur Verbesserung der taktisch-kognitiven Handlungsfähigkeit</b>		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b> <b>d - Leistung</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Interaktion im Sport [e]</li> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1]</li> <li>in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> <li>koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</li> <li>einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
Verbesserung von: Einzeltechnik Aufstellungsformen Offensiv- und Defensivtaktik	Teaching Games for Understanding als Vermittlungsmodell (Taktik im Fokus)  Kleine Parkours zur Technikverbesserung	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Taktik: Spielzüge Formationen/Positionen</li> <li>- Technik</li> <li>- Kommunikation im Team</li> <li>- Umgang mit anderen/Acht-samkeit/Sicherheit</li> </ul> Fachbegriffe:	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leistungsbereitschaft</li> <li>- Teamfähigkeit</li> <li>- Umgang mit anderen/Acht-samkeit/Sicherheit</li> </ul> punktuell: Techniküberprüfung (Bsp: Par-kour) Taktik im Spiel (Spielzüge)

<b>Jahrgangsstufe: 10</b>	<b>Dauer des UVs: 6</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 9.1</b>
<b>Thema des UV:</b> <b>Jugger! Spielerisches Kämpfen mit Pompfen &amp; Jugg</b>		
<b>BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b> <b>c - Wagnis und Verantwortung</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Haltegriffe und Befreiungen, Falltechniken) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z.B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden [10 BWK 9.1]</li> <li>• in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangemessen, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> <li>• unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1]</li> <li>• die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li> </ul> <b>MK</b>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]</li> <li>• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</li> <li>• Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]</li> <li>• das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]</li> </ul>
--	---

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
Spielerische Heranführung an das normungebundene Kämpfen auf Individual- und Teamebene		Reflektierte Praxis:  Fachbegriffe: Pompfen, Jugg, das Mal	unterrichtsbegleitend: Umgang mit den aufgestellten Regeln Teilnahme an Reflexionsgesprächen Strategie- oder Taktik-Demonstrationen Fachbegriffe

<b>Jahrgangsstufe: 10</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.7</b>
<b>Thema des UV: Höher, schneller, weiter – Vorbereitung, Durchführung und Reflexion eines leichtathletischen Wettkampfs zum Erwerb des Sportabzeichens</b>		
<b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> d - Leistung e - Kooperation und Konkurrenz
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li><li>• Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li></ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li><li>• Leistungsverständnis im Sport [d]</li><li>• Trainingsplanung und Organisation [d]</li></ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-kordinativen Fertigkeitensniveau ausführen [10 BWK 3.1]</li><li>• einen leichtathletischen Wettbewerb einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen [10 BWK 3.3]</li></ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li><li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li><li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li></ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]</li><li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li></ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u. a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]</li> <li>• die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]</li> </ul>
--	--

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes mit folgenden Auswahlmöglichkeiten: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ausdauer: 800m</li> <li>○ Kraft: Kugelstoß mit 3kg (Mädchen) bzw. 4kg (Jungen), Ballwurf mit 200g</li> <li>○ Schnelligkeit: 100m-Sprint aus Hoch-, Dreipunkt- oder Tiefstart</li> <li>○ Koordination: Hoch-, Weisprung, Schleuderball mit 1kg</li> </ul> </li> <li>• Kritische Reflexion eines cgs-basierten Wettkampfes und Erörterung möglicher alternativer Bewertungsmöglichkeiten (z. B. Relativ-Wettkämpfe)</li> </ul>		<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswahl der Teildisziplinen</li> <li>• Vorbereitung des Wettkampfs</li> <li>• Reflexion der Bewertungskriterien</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Konditionelle Fähigkeiten</li> <li>• Absolute und relative Leistung</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wettkampf</li> </ul>



Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 4.1
<b>Thema des UV:</b> <i>Einführung in das Lagen-Schwimmen</i>		
<b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmarten einschließlich Start und Wende</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-kordinativ höherem Niveau sicher ausführen [10 BWK 4.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]</li> <li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p>Vertiefung bzw Einführung der Schwimmtechniken in Abhängigkeit von der Lerngruppe (Rückenkraul- oder Kraulschwimmen und Brust- oder Delphinschwimmen)</p>		<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <p>Abhängig von gewählter Schwimmtechnik</p> <p>Wechselbeinschlag / Wechselzugtechnik / Bewegungsamplitude</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>DJSA Silber und Gold</p> <p>punktuell:</p> <p>Gut: Sichere Beherrschung der Technik und Anwendung im Lagen-Schwimmen</p> <p>Ausreichend: Technik in Grobform und Anwendung im Lagen-Schwimmen</p>

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 4.2
<b>Thema des UV:</b> <i>Jump in style! – Gestalterische Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Sprungvarianten</i>		
<b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>b - Bewegungsgestaltung</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Techniken und Fertigkeiten im Wasser (Schwimmen, Tauchen oder Springen) spielerisch oder ästhetisch oder kreativ zur Bewältigung unterschiedlicher Anforderungssituationen im Wasser nutzen [10 BWK 4.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2]</li> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]</li> <li>• gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]</li> </ul>	

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:</b>	<b>Leistungsbewertung:</b>
<p>Erlernen der verschiedenen Sprungtechniken vom Block, 1m- und 3m-Brett anhand von Gestaltungskriterien</p>		<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <p>Salto, Hock- und Streck sprung, gestreckt, gehockt, Rotation, Körperachsen, Eintauchphase, Synchronität</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>DJSA Silber und Gold</p> <p>punktuell:</p> <p>Gut: Saubere Beherrschung der Technik; synchrone Ausführung der Präsentation</p> <p>Ausreichend: Bewegungsausführung in Grobform</p>

<b>Jahrgangsstufe: 10</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 5.6</b>
<b>Thema des UV: Wir suchen den Turnallrounder - kreative Gruppengestaltung mit Elementen aus dem Turnen und Parkour</b>		
<b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b>	<b>Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normungebundenen Turnen an Geräten und Geräte-kombinationen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> <li>• Ausgangspunkte von Gestaltungen [b]</li> <li>• Gestaltungskriterien [b]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren [10 BWK 5.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li> <li>• das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2]</li> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]</li> <li>• Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2]</li> <li>• unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen - allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1]</li> </ul> <b>UK</b>	

- gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<b>Gestalten einer Kleingruppenpräsentation mit bis zu 3 ausgewählten Geräten</b>	<b>Kriteriengeleitete, individuelle (je nach ausgewählten Geräten) Gruppenarbeit</b>  <b>Videoanalyse</b>  <b>Gegenseitige Beobachtungsaufträge</b>	Reflektierte Praxis: <b>Phase I nach der Auswahl der Geräte</b> <b>Phase II nach Auswahl des Gestaltungsschwerpunktes</b>          Fachbegriffe: Synchronität <b>Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik)</b>	unterrichtsbegleitend: <b>Entwicklungsprozess der Choreographie</b>          punktuell: <b>Präsentation der Gruppenarbeit</b>

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
<b>Thema des UV:</b> Vertiefung und Erweiterung volleyballspezifischer individual- und gruppentaktischer Grundfertigkeiten		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]</li> <li>• sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]</li> <li>• einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2]</li> <li>• in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]</li> </ul>	

