



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

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 1.2
<p>Thema des UV: <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>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</p>	<p>Inhaltsfelder: d - Leistung f - Gesundheit</p>	
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness • Aerobe Ausdauerfähigkeit 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f] • Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1] • grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1] • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1] <p>UK</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"> • Dauermethode • Extensive Intervallmethode 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausdauertrainingsmethoden (Auswahl und Einführung) • Anpassungserscheinungen beim Ausdauertraining • Weitere Entspannungstechnik <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dauermethode • Ggf. extensive Intervallmethode 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuelle Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft <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
Thema des UV: Das hab` ich noch nie gemacht! – Hochsprung als neue Herausforderungen annehmen		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegendes leichtathletisches Bewegen • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf / Stoß) 	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"> • bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen [10 BWK 3.1] • eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] MK <ul style="list-style-type: none"> • 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 <ul style="list-style-type: none"> • 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:
<ul style="list-style-type: none"> • Erproben unterschiedlicher koordinativer Fertigkeiten als Vorbereitung und Vervollkommnung des leichtathletischen Sprints und Schlagballweitwurfs <ul style="list-style-type: none"> ○ Übungen des Lauf-ABCs: s. LA-Vorhaben 5 & 6, Kurvenläufe ○ Übungen des Sprung-ABCs: s. LA-Vorhaben 5 & 6, rhythmisierte Einbeinsprünge ○ Vielfältige Formen des Springens in die Höhe: Schersprung in den Stand, Flop in die L-Position (ggf. Geschichte des Hochsprungs) • Beurteilung der Bewegungsausführung (Nutzung von Semifeedback) • Anwendung der Sicherheitsaspekte 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufbau: Seitliche Sicherung durch Matten • Nutzung einer Gummi-Schnur • L-Landung mit schulterbreit geöffneten Beinen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bedeutung des Körperschwerpunktes bei der Lattenüberquerung • Anlaufgestaltung / Absprung • Sicherheit <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kurvenlauf • Schwungelemente • Längsachsendrehung • L-Landung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technik des Scher- und Flopsprungs

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 5.3
Thema des UV: Nur fliegen ist schöner - Kennenlernen und Erproben von dynamischen Turnelementen mit Anlauf unter Zuhilfenahme der Airtrackbahn		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen Wählen Sie ein Element aus.
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Normungebundenenes Turnen an Geräten und Geräte-kombinationen • Wählen Sie ein Element aus. 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Variation von Bewegung [b] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [10 BWK 5.1] • Wählen Sie ein Element aus. 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3] • koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3] MK <ul style="list-style-type: none"> • 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] 	

- 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:
Airtrackbahn zur Sprungunterstützung	Deduktive Vorgehensweise Klare Sicherheitsbelehrung	Reflektierte Praxis: Nach der ersten Erprobungsphase -> Vorteile der Airtrackbahn thematisieren Fachbegriffe: Anlauf Ganzkörperspannung Stützphase Abdruckphase Landephase Anlauf	unterrichtsbegleitend: kriteriengeleitete qualitative Techniküberprüfung punktuell:

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
Thema des UV: <i>Step–Aerobic – Eine in Gruppen erarbeitete Choreographie präsentieren und bewerten</i>		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste		Inhaltsfelder: Wählen Sie ein Element aus. b - Bewegungsgestaltung
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgerät oder Alltagsmaterialien) • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Variation von Bewegung [b] • Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b] • Gestaltungskriterien [b] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • 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] • 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] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] • das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2] MK <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2] • kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3] UK <ul style="list-style-type: none"> • 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:
<p>Medienkompetenz (MKR): 1.1 / 1.2 Videoanalysen nutzen: SuS filmen ihre und/oder andere Choreos und beurteilen sie nach den erarbeiteten Kriterien.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einführung in die Gruppenarbeit: Umsetzen von Musik in Bewegung. • Unterschiedliche Bewegungsvarianten eines Tanzstils kennen lernen 	<p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Aufstellungsformen klären: • Raum, Zeit, Dynamik, Kraft... 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe: Gestaltungskriterien: Raum, Zeit, Dynamik, Choreographie, Synchronität und Rhythmik</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Individuelle Einsatzbereitschaft</p> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einfache rhythmische Kleingruppenpräsentation unter Verwendung der Bewegungsgrundformen und Elementen aus standardisierten Tanzformen <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.
Thema des UV: <i>Spiele miteinander – Einführung in das Volleyballspiel anhand kooperativer Spielformen zur grundlegenden Volleyballtechnikvermittlung</i>		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] Struktur und Funktion von Bewegungen [a] Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> 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] sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfvverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] 	

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

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
Thema des UV: <i>Das Rollen (wieder-)entdecken - Bewegungsräume mit dem Waveboard vielfältig und sicher nutzen</i>		
BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/Wintersport	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c - Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Handlungssteuerung [c] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • 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] • gerätespezifische, technisch-koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetisch, gestalterisch, spielerisch oder wett-kampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren [10 BWK 8.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3] MK <ul style="list-style-type: none"> • die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1] UK <ul style="list-style-type: none"> • 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:
<ul style="list-style-type: none">• Erlernen des Waveboard-Fahrens• Durchfahren eines komplexen Parcours• Einfache Spielsituationen		Reflektierte Praxis: Fachbegriffe:	unterrichtsbegleitend: punktuell: sicheres Durchfahren eines Parcours

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

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

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

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

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p>Auswahl an Rettungstechniken in Abhängigkeit von der Lerngruppe und gemäß individueller Leistungsfähigkeit binnendifferenziert</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rettungstechniken - Rettungsschwimmen - Sicherheits- und Notfallverhaltensregeln 		<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p> <p>Selbst- und Fremdreitung</p> <p>Rettungsgeräte (je nach Auswahl)</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Einsatz von verschiedenen Fremdreitungsmöglichkeiten , kriteriengeleitet</p> <p>punktuell:</p> <p>Ggf. Schriftl. Überprüfung: Maßnahmen beim Fremdreiten, Rettungskette etc. ...</p> <p>Gut: Sichere Beherrschung der Rettungstechniken und theoretischen Grundlagen</p> <p>Ausreichend: Beherrschen der Rettungstechniken in Grobform</p>

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
Thema des UV: Akrobatische Kunststücke – eine Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren und bewerten.		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b - Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Akrobatik 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b] • Variation von Bewegung [b] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren [10 BWK 5.2] • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] • das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumbenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2] MK <ul style="list-style-type: none"> • kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3] • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] UK <ul style="list-style-type: none"> • 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:
<p>Medienkompetenzrahmen:</p> <p>1.2 / 1.4</p> <p>Bezug zur UNESCO-Säule:</p> <p>Menschenrechtserziehung / Demokratieerziehung</p> <p>Erstellen einer Gruppenchoreographie nach dem Prinzip des Nach-, Um- und Neugestaltens</p>		<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe: Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Form)</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Sicherheitsstellungen sowie Hilfeleistungen</p> <p>punktuell:</p> <p>Kleingruppenpräsentation einer nach Kriterien erarbeiteten Abfolge</p> <p>Mögliche Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsauswahl vorgegebener Pyramiden und Figuren (Schwierigkeit) • Eigeninitiative/ Kreativität bei weiteren selbst erdachten Figuren und Pyramiden • Ausführung der Gruppe/ des Einzelnen • Gruppengestaltung (Übergänge, Wechsel zwischen „Säule“ und „Spitze“, Musik, Kostüme) • „gesunde“ Ausführung (Wirbelsäulenproblematik, Arm-Rumpf-Winkel, Körperspannung,...) <p>Bewertung neben den eignen Beobachtungen, können Beobachtungsbögen für die anderen Gruppen sein, die anhand der obigen Kriterien durch ein Rückmeldesystem mit + - o eine zusätzliche Bewertungsinstanz untereinander darstellen</p>

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

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

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

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

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
Thema des UV: Den Körper wahrnehmen und mediale Fitnessprogramme kritisch beurteilen – Erarbeitung eines Ganzkörperworkouts und Vergleich mit einem Fitnessapp-Workout		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Inhaltsfelder: f - Gesundheit b - Bewegungsgestaltung a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeines und spezielles Aufwärmen • Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f] • Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • sich funktional und wahrnehmungsorientiert - allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen [10 BWK 1.1] • 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] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1] • Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2] • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] MK <ul style="list-style-type: none"> • 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] 	

	<p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen [10 UK f1] • den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3] • 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:
<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
Thema des UV: Le Parkour – durch geschickte Nutzung von Hindernissen: höher, schneller, weiter		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Normungebundenes Turnen an Geräten und Geräte-kombinationen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [10 BWK 5.1] • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1] • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3] • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] MK <ul style="list-style-type: none"> • 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] UK	

- 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"> - Einschätzungen abfragen und überprüfen - Fehleinschätzungen beurteilen - Angst thematisieren (schützend, hemmend, etc.) <p>Fachbegriffe: Verschiedene Überwindungstechniken</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Leistungssteigerung - Mitarbeit in Reflexionsphasen - Eigene Leistungsfähigkeit einschätzen <p>punktuell: Zielparcour wird durchlaufen unter Berücksichtigung eigener Leistungs- und Ausführungsfähigkeit.</p>

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

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

	<ul style="list-style-type: none"> • 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] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]
--	---

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

<p style="text-align: center;">Jahrgangsstufe: 9</p>	<p style="text-align: center;">Dauer des UVs: 10</p>	<p style="text-align: center;">Nummer des UVs im BF/SB: 6.3</p>
<p>Thema des UV: Standardtänze – Kennenlernen verschiedener (internationaler) Gesellschaftstänze</p>		
<p>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste</p>	<p>Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung a - Bewegungsstruktur und Bewegungskünste</p>	
<p>Inhaltliche Kerne:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung 	<p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Variation von Bewegung [b] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] 	
<p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</p> <p>BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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] 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</p> <p>SK</p> <ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] <p>MK</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen - allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1] • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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"> - Geschlechtsübergreifendes Miteinander Tanzen, um Hemmungen abzubauen. - Vorbereitung auf zukünftige besondere Anlässe. 	<ul style="list-style-type: none"> - Rhythmik schulen durch u.a. Takte zählen. - Regelmäßige Partnerwechsel 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Geschichtlicher Hintergrund der Tänze. - Erfahrungen bei geschlechtsübergreifendem Tanzen. - Leaderrolle und Nicht-Leaderrolle thematisieren. <p>Fachbegriffe: Tanzabhängig</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Umgang bei wechselnden Partner:innen. - Umsetzung der vorgegebenen Tanzschritte. <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.
Thema des UV: Vertiefung und Erweiterung volleyballspezifischer Grundtechniken im Angriff		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Interaktion im Sport [e] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • 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] • sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] MK <ul style="list-style-type: none"> • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] • 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:
<p>Erweiterung der Grundtechniken im Angriff, Einführung von:</p> <ul style="list-style-type: none">• Aufschlag von unten oder oben• Angriffsschlag <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
Thema des UV: Wir drehen durch – Erproben von alternativen Beschleunigungsformen im Wurf		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegendes leichtathletisches Bewegen • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3] MK <ul style="list-style-type: none"> • 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] 	

	<ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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:
<ul style="list-style-type: none"> • Erproben alternativer Beschleunigungswege im Wurfbereich (ggf. Stoß) 	<ul style="list-style-type: none"> • Anlaufbereich: 2m • Gegenstände: Wurfringe, Schleuderbälle (kurz gefasst, lang gefasst) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Orientierung im Raum • Ausnutzung des zur Verfügung stehenden Raumes für den Beschleunigungsweg • Beschleunigungsweg des Gerätes <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rotation • Wurfauslage • Schleppen (Wurfarm verbleibt in der Vorbereitungsphase hinter dem Körper.) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>punktuell:</p>

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

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

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
Thema des UV: Erweiterung der Spielfähigkeit im Hallenhockey zur Verbesserung der taktisch-kognitiven Handlungsfähigkeit		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz d - Leistung
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Interaktion im Sport [e] • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1] • 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] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] • koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3] MK <ul style="list-style-type: none"> • 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] UK <ul style="list-style-type: none"> • 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] 	

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"> - Taktik: Spielzüge Formationen/Positionen - Technik - Kommunikation im Team - Umgang mit anderen/Acht-samkeit/Sicherheit Fachbegriffe:	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> - Leistungsbereitschaft - Teamfähigkeit - Umgang mit anderen/Acht-samkeit/Sicherheit punktuell: Techniküberprüfung (Bsp: Par-kour) Taktik im Spiel (Spielzüge)

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

	<ul style="list-style-type: none"> • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3] • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] • Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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] • 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]
--	---

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

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

	<ul style="list-style-type: none"> • sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2] <p>UK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u. a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2] • 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:
<ul style="list-style-type: none"> • Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes mit folgenden Auswahlmöglichkeiten: <ul style="list-style-type: none"> ○ Ausdauer: 800m ○ Kraft: Kugelstoß mit 3kg (Mädchen) bzw. 4kg (Jungen), Ballwurf mit 200g ○ Schnelligkeit: 100m-Sprint aus Hoch-, Dreipunkt- oder Tiefstart ○ Koordination: Hoch-, Weisprung, Schleuderball mit 1kg • Kritische Reflexion eines cgs-basierten Wettkampfes und Erörterung möglicher alternativer Bewertungsmöglichkeiten (z. B. Relativ-Wettkämpfe) 		<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auswahl der Teildisziplinen • Vorbereitung des Wettkampfs • Reflexion der Bewertungskriterien <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Konditionelle Fähigkeiten • Absolute und relative Leistung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wettkampf

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

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
Thema des UV: <i>Jump in style! – Gestalterische Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Sprungvarianten</i>		
BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b - Bewegungsgestaltung
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] • Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • 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] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] MK <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2] • kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3] UK <ul style="list-style-type: none"> • die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1] • 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:
<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>

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

- 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:
Gestalten einer Kleingruppenpräsentation mit bis zu 3 ausgewählten Geräten	Kriteriengeleitete, individuelle (je nach ausgewählten Geräten) Gruppenarbeit Videoanalyse Gegenseitige Beobachtungsaufträge	Reflektierte Praxis: Phase I nach der Auswahl der Geräte Phase II nach Auswahl des Gestaltungsschwerpunktes Fachbegriffe: Synchronität Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik)	unterrichtsbegleitend: Entwicklungsprozess der Choreographie punktuell: Präsentation der Gruppenarbeit

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: Wählen Sie ein Element aus.
Thema des UV: Vertiefung und Erweiterung volleyballspezifischer individual- und gruppentaktischer Grundfertigkeiten		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] Interaktion im Sport [e] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> 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] sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] 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

- 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]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p>Erweiterung der Technik: Block</p> <p>Erweiterung der individual- und gruppentaktischen Verhaltensweisen unter Einführung des: Feste Positionen (z.B. Steller, Angreifer, Verteidiger, Block)</p> <p>Spielfähigkeit: Vom 2 gegen 2 zum 3 gegen 3</p>	<p>Auf dem Kleinfeld (Badmintonfeld)</p>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Fachbegriffe:</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Taktisch angemessene Spielfähigkeit im 3 gegen 3</p> <ul style="list-style-type: none">- 3 Ballkontakte zum Aufbau des Angriffs (Angriffsaufbau über Steller)- Einnahme der Angriffs- und Abwehrpositionen- Angriff über die Außenpositionen durch einen Stellerball aus der Mitte- Block des Stellers in der Abwehr <p>punktuell:</p> <p>Abnahme des Blocks unter der Einhaltung der Technikmerkmale und der Ausführungsqualität und ggf. -quantität</p>