



Leibniz-Gymnasium Essen

Schulinternes Curriculum
mit
Grundsätzen der Leistungsbewertung

Sport

nach den Richtlinien und Kernlehrplänen
für die Sekundarstufe I+II des Gymnasiums in NRW –
neunjähriger Bildungsgang (G9)

Stand: 29.11.2021

Inhaltsverzeichnis

Teil I: Erprobungsstufe	5
Planung der Umsetzung und Evaluation	5
Gesamtübersicht der Obligatorik und Freiräume in der Erprobungsstufe	6
Zuordnung der Kompetenzerwartungen sowie der inhaltlichen Schwerpunkte zu den neun Bewegungsfeldern und Sportbereichen.....	7
Teil II: Sekundarstufe I (7-8).....	23
Planung der Umsetzung und Evaluation	23
Gesamtübersicht der Obligatorik und Freiräume in der Sekundarstufe I (7-8)	24
Zuordnung der Kompetenzerwartungen sowie der inhaltlichen Schwerpunkte zu den neun Bewegungsfeldern und Sportbereichen.....	25
Teil III: Sekundarstufe I (9-10).....	43
Planung der Umsetzung und Evaluation	43
Gesamtübersicht der Obligatorik und Freiräume in der Sekundarstufe I (9-10)	44
Zuordnung der Kompetenzerwartungen sowie der inhaltlichen Schwerpunkte zu den neun Bewegungsfeldern und Sportbereichen.....	45
Leibniz-Gymnasium Essen	58
Grundsätze der Leistungsbewertung	58
Teil IV: Einführungsphase Entscheidungen zum Unterricht	59
Kursprofile und Unterrichtsvorhaben	59
Gesamtübersicht über die verbindlichen Unterrichtsvorhaben	62
Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen	63
Teil V: Qualifikationsphase im Grundkurs.....	70
Kursprofil 1: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben.....	71
Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen	72
Kursprofil 2: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben.....	82
Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen	84
Kursprofil 3: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben.....	94
Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen	96

Kursprofil 4: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben.....	107
Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen	109
Kursprofil 5: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben.....	120
Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen	122
Teil VI: Qualifikationsphase im Leistungskurs.....	132
Darstellung des Kursprofils und Übersicht der Unterrichtsvorhaben:.....	132
Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen in der Übersicht (28 Kompetenzerwartungen gesamt).....	134
Übersicht chronologisch.....	136
Konkretisierung der einzelnen Unterrichtsvorhaben für den LK	138
Unterrichtsvorhaben I	138
Unterrichtsvorhaben II	139
Unterrichtsvorhaben III	140
Unterrichtsvorhaben IV	141
Unterrichtsvorhaben V	142
Unterrichtsvorhaben VI	143
Unterrichtsvorhaben VII	144
Unterrichtsvorhaben VIII	145
Unterrichtsvorhaben IX	146
Unterrichtsvorhaben X	147
Unterrichtsvorhaben XI	148
Unterrichtsvorhaben XII	149
Unterrichtsvorhaben XIII	150
Übersicht Q2.1 LK	151
Unterrichtsvorhaben XIV	151
Unterrichtsvorhaben XV	152
Unterrichtsvorhaben XVI	153
Unterrichtsvorhaben XVII	154
Übersicht Q2.2 LK	155
Unterrichtsvorhaben XVIII	155

Unterrichtsvorhaben XIX.....	156
Unterrichtsvorhaben XX.....	157
Teil VII: Leistung und ihre Bewertung – Grundsätze (SEK II G8).....	158
Allgemeine Bereiche der Leistungsbewertung.....	158
Formen der Leistungsbewertung	160
Teil VIII: Leistung und ihre Bewertung (G9)	161
Grundsätze	161
Allgemeine Bereiche der Leistungsbewertung.....	161
Leistungsbewertung unter Berücksichtigung der pädagogischen Perspektiven	161
Formen der Leistungsbewertung	163
Teil IX: Leistungsbewertung im Distanzunterricht.....	163
Leistungsbewertungen im Distanzunterricht (EPS; Mittelstufe; Oberstufe Grundkurse)	163
Leistungsbewertungen im Distanzunterricht (WPII-Kurs Sport/ Gesundheit; Oberstufe Leistungskurse)	163

Teil I: Erprobungsstufe

Planung der Umsetzung und Evaluation

Ab dem zweiten Halbjahr des Schuljahres 2019/20 erfolgt die Ausgestaltung der einzelnen UVs durch die jeweils unterrichtenden Lehrkräfte. Die Ergebnisse werden in Form der Karten verschriftlicht.

In den folgenden Fachkonferenzen findet eine Evaluation der UVs und des Lehrplans statt.

Gesamtübersicht der Obligatorik und Freiräume in der Erprobungsstufe

	5.1		5.2		6.1	6.2
1	UV 1 Was spielt ihr in der freien Zeit? (BF/SB 2.1) (6 Std.)	UV 1 SCHW Sich in grundlegenden Situationen im Wasser bewegen (BF/SB 4.1) (10 Std)	UV 7 Ausdauer macht Spaß! (8 Std.)	UV 5 SCHW Ich will meine Technik verbessern (BF/SB 4.2) (14 Std.)	UV 1 FREIRAUM 8 Std.	UV 7 Ist der Sieger immer der Stärkste? (BF/SB 9.2) (6 Std.)
2						
3						
4	UV 2 Variationen des Völkerballspiels (BF/SB 2.2) (6 Std.)	UV 2 SCHW Ich will meine Technik verbessern (BF/SB 4.2) (14 Std.)	UV 8 Wir spielen Federball (BF/SB 7.2) (6 Std.)	UV 6 SCHW Spielen in und unter Wasser (BF/SB 4.3) (10 Std.)	UV 2 Vorbereitung mit Plan (BF/SB 1.1) (4 Std.)	UV 8 Bewegungskünste (BF/SB 6.3) (4 Std)
5						
6						
7	UV 3 Komm hol' das Lasso raus! (BF/SB 6.1) (8 Std.) (MKR 1.2)	UV 3 SCHW Spielen in und unter Wasser (BF/SB 4.3) (10 Std.)	UV 9 Ringen und Kämpfen, aber fair! (BF/SB 9.1) (8 Std.)	UV 7 SCHW Sich in Notsituationen im Wasser bewegen (BF/SB 4.1) (12 Std.)	UV 3 Bodenturnen: Eine (körper-) spannende Angelegenheit (BF/SB 5.2) (8 Std.) (MKR 1.2)	UV 9 FREIRAUM 12 Std.
8						
9						
10	UV 4 Über Passen und Fangen gemeinsam Punkte erzielen (BF/SB 7.3) (8 Std.)	UV 4 SCHW FREIRAUM 6 Std.	UV 10 Ich erprobe meinen Körper – LA (BF/SB 3.1) (6 Std.)	UV 8 SCHW FREIRAUM 4 Std.	UV 4 Spielen fürs Köpfchen (BF/SB 2.3) (6 Std.)	UV 10 Akrobatik (BF/SB 5.3) (8 Std.)
11						
12						
13	UV 5 Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren (BF/SB 1.2) (6 Std.)	UV 11 Vorbereitung mit Plan (BF/SB 1.1) (4 Std.)	UV 12 Ich weiß, wie gut ich das kann (BF/SB 3.2) (8 Std.)	UV 6 Mit dem Fuß (BF/SB 7.1) (8 Std.)	UV 5 Wie schaffe ich das Laufabzeichen? (BF/SB 3.3) (6 Std.)	UV 11 Alt und Modern im Kontrast (BF/SB 6.2) (8 Std.)
14						
15						
16	UV 6 FREIRAUM 6 Std.	UV 4 SCHW FREIRAUM 6 Std.	UV 12 Ich weiß, wie gut ich das kann (BF/SB 3.2) (8 Std.)	UV 8 SCHW FREIRAUM 4 Std.	UV 6 Mit dem Fuß (BF/SB 7.1) (8 Std.)	UV 11 Alt und Modern im Kontrast (BF/SB 6.2) (8 Std.)
17						
18						
19	UV 6 FREIRAUM 6 Std.	UV 4 SCHW FREIRAUM 6 Std.	UV 12 Ich weiß, wie gut ich das kann (BF/SB 3.2) (8 Std.)	UV 8 SCHW FREIRAUM 4 Std.	UV 6 Mit dem Fuß (BF/SB 7.1) (8 Std.)	UV 11 Alt und Modern im Kontrast (BF/SB 6.2) (8 Std.)
20						
WSt						
Std / Fr	160 Std / Freiraum 16 Std.				80 Std / Freiraum 20 Std	

Zuordnung der Kompetenzerwartungen sowie der inhaltlichen Schwerpunkte zu den neun Bewegungsfeldern und Sportbereichen

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 1

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

- 1.1 **„Vorbereitung mit Plan“** – Kennen lernen der grundlegenden Bestandteile von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärm-programmen als gezielte Maßnahme zur Verletzungsprophylaxe
- 1.2 **„Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren“**- Motorische Basisqualifikationen in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden
- 1.3 **„Ausdauer macht Spaß!“** – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 2

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

- 2.1 **Was spielt ihr in der freien Zeit?** – Durchführung, Entwicklung und Bewertung kleiner Spiele und Pausenspiele unter besonderer Berücksichtigung eines fairen und regelgeleiteten Handelns.
- 2.2 **Über Variationen des Völkerballspiels bereiten wir uns auf unser erstes Spielturnier „Völkerball“ vor.**
- 2.3 **„Spielen fürs Köpfchen“** – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („Games for brains“) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit erproben

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

- 3.1 **„Ich erprobe meinen Körper“** - Laufen, Springen, Werfen in großer Vielfalt wahrnehmen
- 3.2 **„Ich weiß, wie gut ich das kann“** - Sprint, Weitsprung und Wurf auf grundlegendem Fähigkeitsniveau erlernen und die eigene Leistung grundlegend beurteilen
- 3.3 **„Wie schaffe ich das Laufabzeichen?“** - Vorbereitung und Realisierung eines individuell nivelliertes Laufabzeichen

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 4

Bewegen im Wasser - Schwimmen

- 4.1 **Sich in sowohl grundlegenden als auch in Notsituationen im Wasser selber bewegen und andere retten**
- 4.2 **„Ich will meine Technik verbessern“** - eine Wechselzugtechnik mit Start und Wende beherrschen können
- 4.3 **Spielen in und unter Wasser**

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 5

Bewegen an Geräten - Turnen

- 5.1 „**Turnen wie Tarzan**“ – an unterschiedlichen Geräten sicher stützen, schwingen, hangeln und springen
- 5.2 „**Bodenturnen: Eine (körper-) spannende Angelegenheit**“ – Grundelemente des Turnens erlernen und in einer Kurz-Kür präsentieren
- 5.3 Entwicklung und Präsentation einer partnerakrobatischen Kür auf der Grundlage der erarbeiteten Kriterien „Raumausnutzung“ und „akrobatik-spezifischer Bewegungsqualität“.

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 6

Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

- 6.1 „**Komm hol' das Lasso raus!**“ - Gymnastischer Einsatz des Handgerätes Seil und Entwicklung einer einfachen Einzelkür
- 6.2 „**Alt und Modern im Kontrast**“ – Tänzerische Choreografien und Komposition (Klassentanz im 3er-Takt, Gruppentanz im 4er-Takt)
- 6.3 Gymnastischer Einsatz mit Alltagsgegenständen und Entwicklung einer einfachen Einzel- und/oder Gruppenkür

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 7

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

- 7.1 „**Mit dem Fuß spielen**“ - Von Fertigkeiten in unterschiedlichen Spielvarianten der Heidelberger Ballschule zum taktisch orientierten Fußballspielen in kleinen Mannschaften 7.2
- 7.2 „**Wir spielen Federball**“ – miteinander den Ball im Spiel halten
- 7.3 **Über Passen und Fangen gemeinsam Punkte erzielen** (Korbball, Turmball etc.)

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 9

Ringern und Kämpfen - Zweikampfsport

- 9.1 „**Ringern und Kämpfen, aber fair!**“ - Spielerische Kämpfe um Raum und Gegenstände
- 9.2 „**Ist der Sieger immer der Stärkste?**“ - Ringern und Kämpfen, Kräftemessen mit Körperkontakt

Jahrgangsstufe: 5.1	Dauer des UVs: 6 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 2.2
Thema des UV 1: Was spielt ihr in der freien Zeit? – Durchführung, Entwicklung und Bewertung kleiner Spiele und Pausenspiele unter besonderer Berücksichtigung eines fairen und regelgeleiteten Handelns.		
BF/SB 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: • Kleine Spiele und Pausenspiele	Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen [5 BWK 2.1] • Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten [5 BWK 2.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [5 SK e1] • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [5 SK e2] MK • selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [5 MK e1] UK • sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. [5 UK e1]	
Fächerverbindende Inhalte: in 5.1 Religion: Ohne Miteinander geht es nicht / Verantwortung füreinander übernehmen		

Jahrgangsstufe: 5.1	Dauer des UVs: 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 2.1
Thema des UV 2: Über Variationen des Völkerballspiels bereiten wir uns auf unser erstes Spielturnier „Völkerball“ vor.		
BF/SB 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Inhaltsfelder: e – Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	
Inhaltliche Kerne: • Kooperative Spiele	Inhaltliche Schwerpunkte: • Interaktion im Sport [e2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • Unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen. [5 BWK 2.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [5 SK e1] • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [5 SK e2] MK UK • sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. [5 UK e1]	
Fächerverbindende Inhalte: in 5.1 Religion: Ohne Miteinander geht es nicht / Verantwortung füreinander übernehmen		

Jahrgangsstufe: 5.1	Dauer des UVs: 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 6.1
Thema des UV 3: „Komm hol‘ das Lasso raus!“ - Gymnastischer Einsatz des Handgerätes Seil und Entwicklung einer einfachen Einzelkür		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) 	Inhaltlicher Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Variation von Bewegung [b1] Präsentation von Bewegungsgestaltung [b2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen, [5 BWK 6.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfelder) benennen [5 SK b1] MK <ul style="list-style-type: none"> Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [5 MK b1] einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [5 MK b2] UK <ul style="list-style-type: none"> kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [5 UK b1] 	
Fächerverbindende Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> Musik: Takt- und Rhythmusschulung 		
MKR - 1.2: <ul style="list-style-type: none"> mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen 		

Jahrgangsstufe: 5.1	Dauer des UVs: 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 7.3
Thema des UV 4: Über Passen und Fangen gemeinsam Punkte erzielen (Korbball, Turmball etc.)		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Inhaltsfelder: d – Leistung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [5 BWK 7.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [5 SK e1] MK UK	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 5.1	Dauer des UVs: 6 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 1.2
Thema des UV 5: „Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren“ - Motorische Basisqualifikationen in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d – Leistung f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Motorische Grundfähigkeit und -fertigkeiten: Elemente der Fitness 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1] gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen, [5 BWK 1.2] grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden, [5 BWK 1.3] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungsaktionen beschreiben [5 SK a1] wesentliche Bewegungsmerkmale und einfacher Bewegungsabläufe benennen [5 SK a2] die motorischen Grundfähigkeiten (Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [5 SK d1] MK <ul style="list-style-type: none"> Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [5 MK f1] UK	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 5.2	Dauer des UVs: 6 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 1.3
Thema des UV 7: „Ausdauer macht Spaß!“ – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: d – Leistung f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> aerobe Ausdauerfähigkeit 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1] gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen [5 BWK 1.4] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrations-fähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [5 SK d2] psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [5 SK d3] MK UK <ul style="list-style-type: none"> körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [5 UK f1] 	
Fächerverbindende Inhalte: - Biologie: Bau und Funktion der Atmungsorgane, Gasaustausch in der Lunge, Blutkreislauf		

Jahrgangsstufe: 5.2	Dauer des UVs: 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 7.2
Thema des UV 8: „Wir spielen Federball“ – miteinander den Ball im Spiel halten		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1] Interaktion im Sport [e2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [5 BWK 7.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [5 SK e1] MK <ul style="list-style-type: none"> selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [5 MK e1] in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [5 MK e2] UK <ul style="list-style-type: none"> sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. [5 UK e1] 	
Fächerverbindende Inhalte: - Musik: Takt- und Rhythmusschulung		

Jahrgangsstufe: 5.2	Dauer des UVs: 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 9.1
Thema des UV 9: „Ringen und Kämpfen, aber fair!“ - Spielerische Kämpfe um Raum und Gegenstände		
BF/SB 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	Inhaltsfeld(er): a – Bewegungslernen c – Wagnis und Verantwortung e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Kämpfen um Raum und Gegenstände 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] Handlungssteuerung [c1] Interaktion im Sport [e2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen [6 BWK 9.1] in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen [5 BWK 9.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [5 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportl. Handlungssituationen geben/gezielt nutzen [5 MK c1] UK <ul style="list-style-type: none"> sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [5 UK e1] 	
Fächerverbindende Inhalte: - Religion (Regeln einhalten, Wir sind alle gleich, ohne Miteinander geht es nicht)		

Jahrgangsstufe: 5.2	Dauer des UVs: 6 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 3.1
Thema des UV 10: „Ich erprobe meinen Körper“ - Laufen, Springen, Werfen in großer Vielfalt wahrnehmen		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfeld(er): a – Bewegungslernen d – Leistung f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegendes leichtathletisches Bewegen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1] • gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [5 BWK 3.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [5 SK a1] • die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [5 SK d1] MK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [5 MK a2] UK <ul style="list-style-type: none"> • körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [5 MK f1] 	
Fächerverbindende Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> - Musik (Rhythmus und Takt – Fachnomenklatur einheitlich anwenden) - Mathematik (Vertiefung der Begriffe: Fläche, Strecke, Volumen) 		

Jahrgangsstufe: 5.2	Dauer des UVs: 6 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
Thema des UV 11: „Vorbereitung mit Plan“ – Kennen lernen der grundlegenden Bestandteile von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen als gezielte Maßnahme zur Verletzungsprophylaxe		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: d – Leistung f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: • allgemeines und spezielles Aufwärmen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1] • gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen [5 BWK 1.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrations-fähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [5 SK d2] • psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [5 SK d3] • Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [5 SK f2] MK • Einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [5 MK d1] UK • körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [5 UK f1]	
Fächerverbindende Inhalte: - Biologie: Bau und Funktion der Atmungsorgane, Gasaustausch in der Lunge, Blutkreislauf		

Jahrgangsstufe: 5.1	Dauer des UVs: 14 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 4.2
Thema des UV 2 Schw.: „Ich will meine Technik verbessern“ - eine Wechselzugtechnik mit Start und Wende beherrschen können		
BF/SB 4: Bewegen im Wasser-Schwimmen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d – Leistung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Schwimmarten einschließlich Start und Wende 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen, [5 BWK 4.3] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • wesentliche Bewegungsmerkmale und einfacher Bewegungsabläufe benennen [5 SK a2] • psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [5 SK d3] MK <ul style="list-style-type: none"> • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [5 MK a1] UK	
Fächerverbindende Inhalte: - Biologie: Bau und Funktion der Atmungsorgane, Gasaustausch in der Lunge, Blutkreislauf - Musik: Takt- und Rhythmusschulung		

Jahrgangsstufe: 5.2	Dauer des UVs: 10 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 4.3
Thema des UV 6 Schw.: Spielen in und unter Wasser		
BF/SB 4: Bewegen im Wasser-Schwimmen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e – Kooperation und Konkurrenz	
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 Körpererfahrungen [a1] • Interaktion im Sport [e2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, [5 BWK 4.1] • in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen. [5 BWK 4.4] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • wesentliche Bewegungsmerkmale und einfacher Bewegungsabläufe benennen [5 SK a2] • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [5 SK e1] • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [5 SK e2] MK UK	
Fächerverbindende Inhalte: - Religion: Ohne Miteinander geht es nicht! - Biologie: Bau und Funktion der Atmungsorgane, Gasaustausch in der Lunge, Blutkreislauf		

Jahrgangsstufe: 5.2	Dauer des UVs: 12 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 4.1
Thema des UV 7 Schw.: Sich in sowohl grundlegenden als auch in Notsituationen im Wasser selber bewegen und andere retten		
BF/SB 4: Bewegen im Wasser-Schwimmen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c – Wagnis und Verantwortung e – Kooperation und Konkurrenz f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrungen [a1] • Handlungssteuerung [c1] • Interaktion im Sport[e2] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f1] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, [5 BWK 4.1] • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen, [5 BWK 4.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungsaktionen beschreiben [5 SK a1] • wesentliche Bewegungsmerkmale und einfacher Bewegungsabläufe benennen [5 SK a2] • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [5 SK e2] • grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [5 SK f1] MK UK <ul style="list-style-type: none"> • Einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [5 UK c1] 	
Fächerverbindende Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> - Religion: Sich an Regeln halten/Verantwortung füreinander übernehmen - Biologie: Bau und Funktion der Atmungsorgane, Gasaustausch in der Lunge, Blutkreislauf 		

Jahrgangsstufe: 6.1	Dauer des UVs: 4 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
Thema des UV 2: „Vorbereitung mit Plan“ – Kennen lernen der grundlegenden Bestandteile von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen als gezielte Maßnahme zur Verletzungsprophylaxe		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: d – Leistung f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: • allgemeines und spezielles Aufwärmen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1] • gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen [6 BWK 1.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrations-fähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] • psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] • Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2] MK • Einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1] UK • körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]	
Fächerverbindende Inhalte: - Biologie: Bau und Funktion der Atmungsorgane, Gasaustausch in der Lunge, Blutkreislauf		

Jahrgangsstufe: 6.1	Dauer des UVs: 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 5.2
Thema des UV 3: „Bodenturnen“ – Eine (körper-) spannende Angelegenheit“ – Grundelemente des Turnens erlernen und in einer Kurz-Kür präsentieren		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Handlungssteuerung [c1] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • eine Bewegungsverbinding aus turnerischen Grund-elementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren [6 BWK 5.2] • grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [6 BWK 5.3] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen [6 SK c2] • im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben. [6 SK c1] MK UK <ul style="list-style-type: none"> • einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen. [6 UK c1] 	
Fächerverbindende Inhalte: Biologie: Bewegungssystem: Abschnitte des Skeletts und ihre Funktionen, Grundprinzip von Bewegungen		
MKR - 1.2: <ul style="list-style-type: none"> • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden 		

Jahrgangsstufe: 6.1	Dauer des UVs: 6 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 2.3
Thema des UV 4: „Spielen fürs Köpfchen“ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („Games for brains“) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit erproben		
BF/SB 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche Kerne: • Kleine Spiele und Pausenspiele	Inhaltliche Schwerpunkte: • Handlungssteuerung [c1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen [6 BWK 2.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1] MK • verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]. UK	
Fächerverbindende Inhalte: - Religion: Ohne Miteinander geht es nicht / Verantwortung füreinander übernehmen		

Jahrgangsstufe: 6.1	Dauer des UVs: 6 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 3.3
Thema des UV 5: „Wie schaffe ich das Laufabzeichen?“ - Vorbereitung und Realisierung eines individuell nivelliertes Laufabzeichen		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfelder: a – Bewegungslernen d – Leistung	
Inhaltliche Kerne: • traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe	Inhaltliche Schwerpunkte: • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2] • Leistungsverständnis im Sport [d2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfvhaltens durchführen. [6 BWK 3.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK MK • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 UK a2] UK • ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]	
Fächerverbindende Inhalte: - Musik (Rhythmus und Takt – Fachnomenklatur einheitlich anwenden) - Mathematik (Vertiefung der Begriffe: Fläche, Strecke, Volumen)		

Jahrgangsstufe: 6.1	Dauer des UVs: 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
Thema des UV 6: „Mit dem Fuß spielen“ - Von Fertigkeiten in unterschiedlichen Spielvarianten der Heidelberger Ballschule zum taktisch orientierten Fußballspielen in kleinen Mannschaften		
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 [a3] Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a4] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden [6 BWK 7.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] MK <ul style="list-style-type: none"> mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1] einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] UK <ul style="list-style-type: none"> einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1] 	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 6.2	Dauer des UVs: 6 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 9.2
Thema des UV 7: „Ist der Sieger immer der Stärkste?“ - Ringen und Kämpfen, Kräfteressen mit Körperkontakt		
BF/SB 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	Inhaltsfelder: d – Leistung e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Kämpfen mit- und gegeneinander 	Inhaltlicher Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Leistungsverständnis im Sport [d2] Interaktion im Sport [e2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen [6 BWK 9.1] in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen [6 BWK 9.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1] MK <ul style="list-style-type: none"> in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] UK <ul style="list-style-type: none"> ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlich-en sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegend. Niveau beurteilen. [6UK d1] 	
Fächerverbindende Inhalte: - Religion (Regeln einhalten, Wir sind alle gleich, ohne Miteinander geht es nicht)		

Jahrgangsstufe: 6.2	Dauer des UVs: 4 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 6.3
Thema des UV 8: Gymnastischer Einsatz mit Alltagsgegenständen und Entwicklung einer einfachen Einzel- und/oder Gruppenkür		
BF/SB 6: Gestalten Tanzen Darstellen – Gymnastik/Tanz Bewegungskünste	Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage) 	Inhaltlicher Schwerpunkt: <ul style="list-style-type: none"> Variation von Bewegung [b1] Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen [6 BWK 6.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Grundformen gestalterischen Bewegens benennen [6 SK b1] grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen [6 SK b2] MK <ul style="list-style-type: none"> Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1] einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2] UK <ul style="list-style-type: none"> kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1] 	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 6.2	Dauer des UVs: 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 5.3
----------------------------	------------------------------	-------------------------------------

Thema des UV 10: Entwicklung und Präsentation einer partnerakrobatischen Kür auf der Grundlage der erarbeiteten Kriterien „Raumausnutzung“ und „akrobatik-spezifischer Bewegungsqualität“.	
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung c – Wagnis und Verantwortung
Inhaltliche Kerne: • Akrobatik	Inhaltliche Schwerpunkte: • Variation von Bewegung [b1] • Präsentation von Bewegungsgestaltung [b2] • Handlungssteuerung [c1]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren [6 BWK 5.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [6 SK b1] MK • kreative Bewegungsgestaltung entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b3] UK • die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [6 UK b1] • 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 [6 UK c1]
Fächerverbindende Inhalte: - Biologie: Bewegungssystem: Abschnitte des Skeletts und ihre Funktionen, Grundprinzip von Bewegungen	

Jahrgangsstufe: 6.2	Dauer des UVs: 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 6.2
Thema des UV 11: „Alt und Modern im Kontrast“ – Tänzerische Choreografien und Komposition (Klassentanz im 3er-Takt, Gruppentanz im 4er-Takt)		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche Kerne: • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung	Inhaltliche Schwerpunkte: • Variation von Bewegung [b1] • Präsentation von Bewegungsgestaltung [b2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine einfache traditionelle (Volkstanz) und aktuelle (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren. [6 BWK 6.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfelder) benennen [6 SK b1] • Grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen [6 SK b2] MK • Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [MK b1] • Einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2] UK • Kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1]	
Fächerverbindende Inhalte: - Musik: Takt- und Rhythmusschulung		

Teil II: Sekundarstufe I (7-8)

Planung der Umsetzung und Evaluation

Ab dem zweiten Halbjahr des Schuljahres 2020/21 erfolgt die Ausgestaltung der einzelnen UVs durch die jeweils unterrichtenden Lehrkräfte. Die Ergebnisse werden in Form der Karten verschriftlicht.

In den folgenden Fachkonferenzen findet eine Evaluation der UVs und des Lehrplans statt.

Gesamtübersicht der Obligatorik und Freiräume in der Sekundarstufe I (7-8)

	7.1	7.2	8.1	8.1 Schwimmen	8.2	8.2 Schwimmen						
1	UV 1 Sport ist so vielseitig – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten (BF/SB 1.1) (8 Std.)	UV 5 Der Berg ruft! – Erste Kontakte mit dem Unbekannten (BF/SB 8.2) (16 Std.)	UV 1 Spielen ohne Regeln?! – Eigenverantwortliche Durchführung von Fußballspielen in verschiedenen Organisationsformen (BF/SB 7.1) (20 Std)	UV 1 SCHW Technisches Schwimmen (BF/SB 4.1) (18 Std.)	UV 4 BallKoRobics – Erweiterung des Bewegungsrepertoires in Gruppenkompositionen unter Berücksichtigung der vielfältigen Erscheinungsformen der Aerobic-Schritte in Kombination mit dem Basketball (BF/SB 6.1) (20 Std.) (MKR 1.2)	UV 3 SCHW Projekttag – Wir erobern das Wasser (BF/SB 4.4) (8 Std.)						
2												
3	UV 2 Spiele aus anderen Kulturkreisen: Wir erproben die Originale Spielidee und verändern sie. (BF/SB 2.2) (14 Std)	UV 6 Nach dem Spiel ist vor dem Spiel – Professionelle Vor- und Nachbereitung sowie ein professioneller Umgang mit aufkommenden Spielproblemen (BF/SB 7.2) (20 Std.)	UV 2 SCHW Auffrischen im Wasser – Wiederholung und Vertiefung grundlegender Fertigkeiten im Wasser (BF/SB 4.3) (12 Std.)				UV 5 Akrobatische Weltreise – akrobatische Gruppendarstellungen von Sehenswürdigkeiten aus aller Welt (BF/SB 5.3) (10 Std.) (MKR 1.2)	UV 4 CHW Helden des Wassers – Selbst- und Fremdrerettung (BF/SB 4.2) (18 Std.)				
4												
5												
6												
7	UV 3 Gehopst wie gesprungen Teil 1: Turnerische Grundelemente. (BF/SB 5.1) (16 Std) (MKR 1.2)	UV 7 Wie kann ich noch weiter springen? – Vertiefung der Weitsprungtechnik durch Reflektion von beobachtbaren Bewegungsmerkmalen. (BF/SB 3.1) (24 Std) (MKR 1.2)							UV 2 Gehopst wie gesprungen Teil 2: Turnerische Grundelemente (BF/SB 5.2) (10 Std.) (MKR 1.2)	UV 2 SCHW Auffrischen im Wasser – Wiederholung und Vertiefung grundlegender Fertigkeiten im Wasser (BF/SB 4.3) (12 Std.)	UV 5 Akrobatische Weltreise – akrobatische Gruppendarstellungen von Sehenswürdigkeiten aus aller Welt (BF/SB 5.3) (10 Std.) (MKR 1.2)	UV 4 CHW Helden des Wassers – Selbst- und Fremdrerettung (BF/SB 4.2) (18 Std.)
8												
9												
10												
11	UV 4 Kämpfen, Werfen und Fallen – aber fair! (BF/SB 9.1) (16 Std)	UV 7 Wie kann ich noch weiter springen? – Vertiefung der Weitsprungtechnik durch Reflektion von beobachtbaren Bewegungsmerkmalen. (BF/SB 3.1) (24 Std) (MKR 1.2)		UV 2 Gehopst wie gesprungen Teil 2: Turnerische Grundelemente (BF/SB 5.2) (10 Std.) (MKR 1.2)	UV 2 SCHW Auffrischen im Wasser – Wiederholung und Vertiefung grundlegender Fertigkeiten im Wasser (BF/SB 4.3) (12 Std.)	UV 5 Akrobatische Weltreise – akrobatische Gruppendarstellungen von Sehenswürdigkeiten aus aller Welt (BF/SB 5.3) (10 Std.) (MKR 1.2)			UV 4 CHW Helden des Wassers – Selbst- und Fremdrerettung (BF/SB 4.2) (18 Std.)			
12												
13												
14												
15	FREIRAUM 20 Std.	FREIRAUM 18 Std.	UV 3 Die Kugel wird gestoßen – Erlernen der grundlegenden Bewegungsmerkmale des Kugelstoßens. (BF/SB 3.2) (8 Std.) (MKR 1.2)	UV 2 SCHW Auffrischen im Wasser – Wiederholung und Vertiefung grundlegender Fertigkeiten im Wasser (BF/SB 4.3) (12 Std.)	UV 6 Trendsportarten im Test – Alternative Spiele zur Erweiterung des Sportspielverständnisses (BF/SB 7.3) (20 Std.)	UV 4 CHW Helden des Wassers – Selbst- und Fremdrerettung (BF/SB 4.2) (18 Std.)						
16												
17												
18			FREIRAUM 4 Std.	FREIRAUM 6 Std.	FREIRAUM 6 Std.	FREIRAUM 6 Std.	FREIRAUM 6 Std.					
19												
20												
WSt	4	4	2	2	2	2						
Std / Fr	80 Std / Freiraum 20 Std	80 Std / Freiraum 18 Std	160 Std / Freiraum 16 Std.									

Zuordnung der Kompetenzerwartungen sowie der inhaltlichen Schwerpunkte zu den neun Bewegungsfeldern und Sportbereichen

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 1

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

- 1.1 „**Sport ist so vielseitig**“ – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten.

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 2

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

- 2.1 „**Spiele aus anderen Kulturkreisen**“: Wir erproben die Originale Spielidee und verändern sie.

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

- 3.1 „**Wie kann ich noch weiter springen?**“ – Vertiefung der Weitsprungtechnik durch Reflektion von beobachtbaren Bewegungsmerkmalen.

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 4

Bewegen im Wasser - Schwimmen

- 4.1 „**Technisches Schwimmen**“
4.2 „**Auffrischen im Wasser**“ – Wiederholung und Vertiefung grundlegender Fertigkeiten im Wasser
4.4 „**Helden des Wassers**“ – Selbst- und Fremdreitung

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 5

Bewegen an Geräten - Turnen

- 5.1 „**Gehopst wie gesprungen Teil 1**“: Turnerische Grundelemente
5.2 „**Gehopst wie gesprungen Teil 2**“: Turnerische Grundelemente
5.3 „**Akrobatische Weltreise**“ – akrobatische Gruppendarstellungen von Sehenswürdigkeiten aus aller Welt

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 6

Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

- 6.1 „**BallKoRobics**“ – Erweiterung des Bewegungsrepertoires in Gruppenkompositionen unter Berücksichtigung der vielfältigen Erscheinungsformen der Aerobic-Schritte in Kombination mit dem Basketball

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 7

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

- 7.1 „**Spielen ohne Regeln?!**“ – Eigenverantwortliche Durchführung von Fußballspielen in verschiedenen Organisationsformen
7.2 „**Nach dem Spiel ist vor dem Spiel**“ – Professionelle Vor- und Nachbereitung sowie ein professioneller Umgang mit aufkommenden Spielproblemen
7.3 „**Trendsportarten im Test**“ – Alternative Spiele zur Erweiterung des Sportspielverständnisses

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 8

Gleiten, Fahren, Rollen

8.2 „**Der Berg ruft!**“ – Erste Kontakte mit dem Unbekannten

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 9

Ringern und Kämpfen - Zweikampfsport

9.1 „**Kämpfen, Werfen und Fallen – aber fair!**“

Jahrgangsstufe: 7.1	Dauer des UVs: 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
Thema des UV 1: Sport ist so vielseitig – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten.		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d – Leistung f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Allgemeines und spezielles Aufwärmen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Struktur und Funktion von Bewegung [a3] Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1] Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f1] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartenspezifisch – aufwärmen [7 BWK 1.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [7 SK d3] MK <ul style="list-style-type: none"> Muster des eigenen Bewegungsverhaltens auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [7 MK f2] UK <ul style="list-style-type: none"> den Einsatz unterschiedlicher Hilfen beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [7 UK a3] gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen [7 UK f1] 	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 7.1	Dauer des UVs: 14 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 2.2
Thema des UV 2: Spiele aus anderen Kulturkreisen: Wir erproben die Originale Spielidee und verändern sie.		
BF/SB 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz c – Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele und Pausenspiele • Spiele aus anderen Kulturen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1] • Interaktion im Sport [e2] • Handlungssteuerung [c1] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <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 [7 BWK 2.2] 	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 [7 SK e2]. MK <ul style="list-style-type: none"> • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen [u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen] verwenden [7 MK e2]. • Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [7 MK c2]. UK	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 7.1	Dauer des UVs: 16 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 5.1
Thema des UV 3: Gehopst wie gesprungen Teil 1: Turnerische Grundelemente		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten- Turnen	Inhaltsfelder: b – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c – Wagnis und Verantwortung d – Leistung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c2] • Leistungsverständnis im Sport [d2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • turnerische Grundelemente auf technisch- koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngerätes demonstrieren [7 BWK 5.1] 	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. Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [7 SK a1] • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [7 SK c3] MK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [7 MK a3] UK <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [7 UK a1] • den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedl. Bezugsgrößen (u. a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [7 UK d2] 	
Fächerverbindende Inhalte:		
MKR – 2.1: <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden 		

Jahrgangsstufe: 7.1	Dauer des UVs: 16 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 9.1
Thema des UV 4: Kämpfen, Werfen und Fallen – aber fair!		
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 [e1] • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Haltegriffe und Befreiungen, Falltechniken und kontrolliertes Werfen) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z.B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden [7 BWK 9.1] • in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [7 BWK 9.2] 	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 sportlichen Handlungen erläutern [7 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [7 MK e1] • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [7 MK e3] UK <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [7 UK a1] • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.A. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [7 UK e1] 	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 7.2	Dauer des UVs: 16 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 8.1
Thema des UV 5: Der Berg ruft! – Erste Kontakte mit dem Unbekannten		
BF/SB: 8 Gleiten, Fahren, Rollen	Inhaltsfelder: f – Gesundheit c – Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c2] Unfall und Verletzungsprophylaxe [f1] gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f2] Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f3] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> gerätespezifische, technisch-koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung unters. Zielsetzungen sicher und kontrolliert demonstrieren [7 BWK 8.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [7 SK c2] unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [7 SK c1] 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 [7 MK f2] 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 [7 UK c1] 	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 7.2	Dauer des UVs: 20 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 7.2
Thema des UV 6: Nach dem Spiel ist vor dem Spiel – Professionelle Vor- und Nachbereitung sowie ein professioneller Umgang mit aufkommenden Spielproblemen		
BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c – Wagnis und Verantwortung f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Mannschaftsspiele 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Handlungssteuerung [c1] grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a4] Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2] Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f1] 	
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 [7 BWK 7.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [7 SK f2] MK <ul style="list-style-type: none"> Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [7 MK c2] Strategien zum Umgang mit Emotionen [7 MK c1] UK <ul style="list-style-type: none"> den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [7 UK a2] 	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 7.2	Dauer des UVs: 24 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 3.1
Thema des UV 7: Wie kann ich noch weiter springen? – Vertiefung der Weitsprungtechnik durch Reflektion von beobachtbaren Bewegungsmerkmalen.		
BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d – Leistung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] Trainingsplanung und Organisation [d3] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveaus ausführen [7 BWK 3.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [7 SK d1] MK <ul style="list-style-type: none"> grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [7 MK a1] UK <ul style="list-style-type: none"> den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [7 UK a3] 	
Fächerverbindende Inhalte:		
MKR – 2.1: <ul style="list-style-type: none"> analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen 		

Jahrgangsstufe: 8.1	Dauer des UVs: 20 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
Thema des UV 1: Spielen ohne Regeln?! – Eigenverantwortliche Durchführung von Fußballspielen in verschiedenen Organisationsformen		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen	Inhaltsfelder: f – Gesundheit c – Wagnis und Verantwortung e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: • Mannschaftsspiele (Fußball)	Inhaltliche Schwerpunkte: • Handlungssteuerung [c1] • Unfall und Verletzungsprophylaxe [f1] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1] • Interaktion im Sport [e2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [8 BWK 7.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [8 SK f2] MK • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportl. Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [8 MK e2] • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [8 MK e1] 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 [8 UK e1]	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 8.1	Dauer des UVs: 10 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 5.2
Thema des UV 2: Gehopst wie gesprungen Teil 2: Turnerische Grundelemente		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten- Turnen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a4] • gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [8 BWK 1.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [8 SK a1] • Auswirkungen gezielter Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [8 SK f1] MK UK	
Fächerverbindende Inhalte:		
MKR – 1.2: <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden 		

Jahrgangsstufe: 8.1	Dauer des UVs: 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 3.2
Thema des UV 3: Die Kugel wird gestoßen – Erlernen der grundlegenden Bewegungsmerkmale des Kugelstoßens		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Inhaltsfelder: d – Leistung a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoßen, Hochsprung) in der Grobform ausführen [8 BWK 3.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [SK d1] MK <ul style="list-style-type: none"> einen individuellen Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfertigkeit zusammenstellen [8 MK d1] grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [8 MK a1] UK <ul style="list-style-type: none"> Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [8 UK a1] 	
Fächerverbindende Inhalte:		
MKR – 2.1: <ul style="list-style-type: none"> den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten 		

Jahrgangsstufe: 8.2	Dauer des UVs: 20 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 6.1
Thema des UV 4: BallKoRobics- Erweiterung des Bewegungsrepertoires in Gruppenkompositionen unter Berücksichtigung der vielfältigen Erscheinungsformen der Aerobic-Schritte in Kombinationen mit dem Basketball		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b – Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b2] Ausgangspunkte von Gestaltungen [b3] Gestaltungskriterien [b4] 	
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 [8 BWK 6.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [8 SK b1] das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [8 SK b2] MK <ul style="list-style-type: none"> analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [8 MK a2] Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe aus mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [8 MK b2] UK <ul style="list-style-type: none"> gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raumes, Wirkungen auf den Zuschauer) beurteilen [8 UK b2] 	
Fächerverbindende Inhalte:		
MKR – 2.1: <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 		

Jahrgangsstufe: 8.2	Dauer des UVs: 10 Std.	Nummer des UVs im BF/SB 5.3
Thema des UV 5: Akrobatische Weltreise – akrobatische Gruppendarstellung von Sehenswürdigkeiten aus aller Welt		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten - Turnen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b – Bewegungsgestaltung c – Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche Kerne: • Akrobatik	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] • Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b2] • Handlungssteuerung[c1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine selbstentwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren [8 BWK 5.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [8 SK c1] MK • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [8 MK a3] UK • die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [8 UK b1]	
Fächerverbindende Inhalte:		
MKR – 2.1: • Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten		

Jahrgangsstufe: 8.2	Dauer des UVs: 20 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 7.3
Thema des UV 6: Trendsportarten im Test – Alternative Spiele zur Erweiterung des Sportspielverständnisses		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen	Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> weitere Sportspiele und Sportspielvarianten 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Handlungssteuerung [c1] Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1] Interaktion im Sport [e2] 	
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 [8 BWK 7.3] 	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 sportlichen Handlungen erläutern [9 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [9 MK c2] einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportl. Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformationen) verwenden [8 MK e2] in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [9 MK e3] UK <ul style="list-style-type: none"> die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedl. Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [9 UK d1] 	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 8.1	Dauer des UVs: 18Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 4.1
Thema des UV 1 Schw.: Technisches Schwimmen		
BF/SB 4: Bewegen im Wasser- Schwimmen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstrukturen und Bewegungslernen e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Schwimmarten einschließlich Start und Wende 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] • Interaktion im Sport [e2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher ausführen [8 BWK 4.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrungen beschreiben [9 SK a1] • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u. a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [9 SK e1] 	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 8.2	Dauer des UVs: 12 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 4.3
Thema des UV 2 Schw.: Auffrischen im Wasser: Wiederholen und Vertiefen grundlegender Fertigkeiten im Wasser		
BF/SB 4: Bewegen im Wasser- Schwimmen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b – Bewegungsgestaltung d – Leistung f – Gesundheit	
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 [a1] • Variation von Bewegung [b1] • Leistungsverständnis im Sport [d2] • Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f3] 	
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 [8 BWK 4.3] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [9 SK d2] • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [9 SK f1] MK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [9 MK a1] UK <ul style="list-style-type: none"> • die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [9 UK b1] 	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 8.2	Dauer des UVs: Projekttag 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 4.4
Thema des UV 3 Schw.: Projekttag – Wir erobern das Wasser		
BF/SB 4: Bewegen im Wasser- Schwimmen	Inhaltsfelder: d – Leistung f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Gleiten und Fahren auf dem Wasser 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Leistungsverständnis im Sport [d2] Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f3] 	
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 [8 BWK 8.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [9 SK d3] MK <ul style="list-style-type: none"> die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [9 MK f1] 	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 8.1	Dauer des UVs: 18 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 4.2
Thema des UV 4 Schw.: Helden des Wassers - Selbst- und Fremdreitung		
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 [c1] • gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- und Fremdreitung sachgerecht nutzen [8 BWK 4.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [8 SK c2] • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und möglichen Gefahren erläutern [8 SK c3] MK <ul style="list-style-type: none"> • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [8 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 [8 UK f1] 	
Fächerverbindende Inhalte:		

Teil III: Sekundarstufe I (9-10)

Planung der Umsetzung und Evaluation

Ab dem zweiten Halbjahr des Schuljahres 2020/21 erfolgt die Ausgestaltung der einzelnen UVs durch die jeweils unterrichtenden Lehrkräfte. Die Ergebnisse werden in Form der Karten verschriftlicht.

In den folgenden Fachkonferenzen findet eine Evaluation der UVs und des Lehrplans statt.

Gesamtübersicht der Obligatorik und Freiräume in der Sekundarstufe I (9-10)

	9.1	9.2	10.1	10.2
1	UV 1 Hip-Hop, Discofox und Co – unterschiedliche Bewegungsstile in Gruppen zu Musik und Rhythmus umsetzen (8 Std.)	UV 6 Leichtathletik – Durchführung eines leichtathletischen Dreikampfes in den Disziplinen 100m Sprint, Weitsprung und Kugelstoßen (10 Std.)	UV 1 Stunt-Show – Echt wirken aber niemanden gefährden (14 Std.)	UV 5 Ich teste meine eigene Fitness – Grundprinzipien des sportlichen Trainings kennen und anwenden sowie Verbesserung der eigenen konditionellen und koordinativen Möglichkeiten (6 Std.)
2				
3				
4	UV 2 Aus Neuseeland in das Ruhgebiet – Erstellung eines Hakas als Ausdruck der Aggression (10 Std.)	UV 7 Wassersporttag/ Projekttag – Wir erobern das Wasser (6 Std.)	UV 2 Fußball – Mehr als nur ein 11vs11 – Variationen des klassischen Spiels in verschiedenen Formen (10 Std.)	UV 6 Badminton: Den Anforderungen eines Turniers gewachsen sein - Spielsituationen im Partnerspiel wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln (10 Std.)
5				
6				
7	UV 3 Trendsportarten im Test - Alternative Spiele zur Erweiterung des Sportspielverständnisses (8 Std.)	UV 8 Speckbrett oder Kelle- Annäherung an das „richtige“ Tischtennis an der Platte (8 Std.)	UV 3 Leichtathletik – Durchführung eines Dreikampfes als Vorbereitung auf den Sport-LK in den Disziplinen 60m Hürdenlauf, Hochsprung und 800m (10 Std.)	UV 7 Endzonenspiele im Test - Alternative Spiele zur Erweiterung des Sportspielverständnisses (10 Std.)
8				
9				
10	UV 4 Gemeinsam Spielen – Sportspielvarianten unter Berücksichtigung verschiedener Regelveränderungen (z.B. Handi- und Procaps) (10 Std.)	UV 9 FREIRAUM 10 Std.	UV 4 FREIRAUM 10 Std.	UV 8 FREIRAUM 10 Std.
11				
12				
13	UV 5 FREIRAUM 10 Std.	UV 9 FREIRAUM 10 Std.	UV 4 FREIRAUM 10 Std.	UV 8 FREIRAUM 10 Std.
14				
15				
16	UV 5 FREIRAUM 10 Std.	UV 9 FREIRAUM 10 Std.	UV 4 FREIRAUM 10 Std.	UV 8 FREIRAUM 10 Std.
17				
18				
19	UV 5 FREIRAUM 10 Std.	UV 9 FREIRAUM 10 Std.	UV 4 FREIRAUM 10 Std.	UV 8 FREIRAUM 10 Std.
20				
WSt				
Std / Fr	2	2	2	2
	80 Std / Freiraum 20 Std		80 Std / Freiraum 20 Std	

Zuordnung der Kompetenzerwartungen sowie der inhaltlichen Schwerpunkte zu den neun Bewegungsfeldern und Sportbereichen

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 1

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

- 1.3 **Ich teste meine eigene Fitness** – Grundprinzipien des sportlichen Trainings kennen und anwenden sowie Verbesserung der eigenen konditionellen und koordinativen Möglichkeiten

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

- 3.1 **Leichtathletik** – Durchführung eines leichtathletischen Dreikampfes in den Disziplinen 100m Sprint, Weitsprung und Kugelstoßen
- 3.2 **Leichtathletik** – Durchführung eines Dreikampfes als Vorbereitung auf den Sport-LK in den Disziplinen 60m Hürdenlauf, Hochsprung und 800m

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 6

Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

- 6.1 **Hip-Hop, Discofox und Co** – unterschiedliche Bewegungsstile in Gruppen zu Musik und Rhythmus umsetzen
- 6.2 **Aus Neuseeland in das Ruhrgebiet** – Erstellung eines Hakas als Ausdruck der Aggression
- 6.3 **Stunt-Show** – Echt wirken aber niemanden gefährden

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 7

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

- 7.1 **Trendsportarten im Test** - Alternative Spiele zur Erweiterung des Sportspielverständnisses
- 7.2 **Gemeinsam Spielen** – Sportspielvarianten unter Berücksichtigung verschiedener Regelveränderungen (z.B. Handi- und Procaps)
- 7.3 **Speckbrett oder Kelle**- Annäherung an das „richtige“ Tischtennis an der Platte
- 7.4 **Fußball – Mehr als nur ein 11vs11** – Variationen des klassischen Spiels in verschiedenen Formen
- 7.5 **Badminton: Den Anforderungen eines Turniers gewachsen sein** - Spielsituationen im Partnerspiel wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln
- 7.6 **Endzonenspiele im Test** - Alternative Spiele zur Erweiterung des Sportspielverständnisses

Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld/Sportbereich 8

Gleiten, Fahren, Rollen

- 8.1 **Wassersporttag/ Projekttag** – Wir erobern das Wasser

Jahrgangsstufe: 9.1	Dauer des UVs: 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB:
Thema des UV 1: Hip-Hop, Discofox und Co – unterschiedliche Bewegungsstile in Gruppen zu Musik und Rhythmus umsetzen		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Bewegungsgestaltungen • Gestaltungskriterien 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <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 [9 BWK 6.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [9 SK b2] MK <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [9 MK b2] • kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [b3] UK <ul style="list-style-type: none"> • die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [9 UK b1] 	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 9.1	Dauer des UVs: 10 Std.	Nummer des UVs im BF/SB:
Thema des UV 2: Aus Neuseeland in das Ruhrgebiet – Erstellung eines Hakas als Ausdruck der Aggression		
BF/SB: 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung c – Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltungen 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b2] Gestaltungskriterien [b3] Handlungssteuerung [c1] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> Eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung [Haka] allein oder in der Gruppe präsentieren [9 BWK 6.2] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [9 SK b1] Emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [9 SK c1] MK <ul style="list-style-type: none"> Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [9 MK b2] Kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [9 MK b3] Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [9 MK c1] UK <ul style="list-style-type: none"> Die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [9 UK b1] gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [9 UK b2] 	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 9.1	Dauer des UVs: 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB:
Thema des UV 3: Trendsportarten im Test - Alternative Spiele zur Erweiterung des Sportspielverständnisses		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen	Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> weitere Sportspiele und Sportspielvarianten 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Handlungssteuerung [c1] Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1] Interaktion im Sport [e2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> eine Sportspielvariante (z.B. Beachvolleyball, Streetball, Floorball) oder ein alternatives Mannschafts- oder Partnerspiel (z.B. Spike-Ball, Tchoukball, Baseball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen [9 BWK 7.4] 	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 sportlichen Handlungen erläutern [9 SK e2] MK <ul style="list-style-type: none"> Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [9 MK c2] einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportl. Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformationen) verwenden [8 MK e2] in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [9 MK e3] UK	
Fächerverbindende Inhalte:		
MKR: 1.2 <ul style="list-style-type: none"> einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden 		

Jahrgangsstufe: 9.1	Dauer des UVs: 10 Std.	Nummer des UVs im BF/SB:
Thema des UV 4: Gemeinsam Spielen – Sportspielvarianten unter Berücksichtigung verschiedener Regelveränderungen (z.B. Handi- und Procaps)		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen	Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz d – Leistung	
Inhaltliche Kerne: • Mannschaftsspiele	Inhaltliche Schwerpunkte: • Leistungsverständnis im Sport [d2] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1] • Interaktion im Sport [e2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • Sportspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen, [9 BWK 7.1] • In dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [9 BWK 7.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [9 SK e2] MK • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [9 MK e1] UK • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedl. Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [9 UK d1] • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [9 UK e1]	
Fächerverbindende Inhalte:		
MKR: 5.1 - den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen		

Jahrgangsstufe: 9.2	Dauer des UVs: 10 Std.	Nummer des UVs im BF/SB:
Thema des UV 6: Leichtathletik – Durchführung eines leichtathletischen Dreikampfes in den Disziplinen 100m Sprint, Weitsprung und Kugelstoßen		
BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d – Leistung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende leichtathletisches Bewegungen • leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) • traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1] • Leistungsverständnis im Sport [d2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • Bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-kordinativen Fertigniveaus ausführen [9 BWK 3.1] • Eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoßen, Hochsprung) in der Grobform ausführen [9 BWK 3.2] • Einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampferhaltens durchführen [9 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 [9 SK a2] • koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [9 SK d3] MK UK <ul style="list-style-type: none"> • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [9 UK d1] • den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [9 UK d2] 	
Fächerverbindende Inhalte:		
MKR: 1.2 <ul style="list-style-type: none"> - sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren 		

Jahrgangsstufe: 9.2	Dauer des UVs: 6 Std	Nummer des UVs im BF/SB:
Thema des UV 7: Projekttag – Wir erobern das Wasser		
BF/SB: 8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootssport/Wintersport	Inhaltsfelder: d – Leistung f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> Gleiten und Fahren auf dem Wasser 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Leistungsverständnis im Sport [d2] Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f3] 	
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 [9 BWK 8.1] 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [9 SK d3] MK <ul style="list-style-type: none"> Die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [9 MK f1] UK	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 9.2	Dauer des UVs: 8 Std.	Nummer des UVs im BF/SB:
Thema des UV 8: Speckbrett oder Kelle- Annäherung an das „richtige“ Tischtennis an der Platte		
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"> Partnerspiele (Badminton, Tennis, Tischtennis) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Wahrnehmung und Körpererfahrungen [a1] Interaktion im Sport [e2] 	
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 [9 BWK 7.1] in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [9 BWK 7.2] 	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 [9 SK a2] MK <ul style="list-style-type: none"> grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [9 MK a1] 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 [9 UK e1] 	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 10.1	Dauer des UVs: 14 Std.	Nummer des UVs im BF/SB:
Thema des UV 1: Stunt-Show – Echt wirken aber niemanden gefährden		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: b – Präsentation von Bewegungsgestaltungen	
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 [b2] Ausgangspunkte von Gestaltungen [b3] 	
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] 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] 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] 	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 10.1	Dauer des UVs: 10 Std.	Nummer des UVs im BF/SB:
Thema des UV 2: Fußball – Mehr als nur ein 11vs11 – Variationen des klassischen Spiels in verschiedenen Formen		
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"> Kooperation im Sport [e2] Leistungsverständnis im Sport [d2] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten in vielfältigen Spielformen anwenden [6 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] MK <ul style="list-style-type: none"> Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] 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] die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d2] 	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 10.2	Dauer des UVs: 10 Std.	Nummer des UVs im BF/SB:
Thema des UV 3: Leichtathletik – Durchführung eines Dreikampfes als Vorbereitung auf den Sport-LK in den Disziplinen 60m Hürdenlauf, Hochsprung und 800m		
BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d – Leistung	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende leichtathletisches Bewegen • leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) • traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1] • Leistungsverständnis im Sport [d2] 	
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. Kugelstoßen, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2] • einen leichtathletischen Wettkampf 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] • 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] UK <ul style="list-style-type: none"> • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1] • den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2] 	
Fächerverbindende Inhalte:		
MKR: 1.2 <ul style="list-style-type: none"> • sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren 		

Jahrgangsstufe: 10.2	Dauer des UVs: 6 Std.	Nummer des UVs im BF/SB:
Thema des UV 5: Ich teste meine eigene Fitness – Grundprinzipien des sportlichen Trainings kennen und anwenden sowie Verbesserung der eigenen konditionellen und koordinativen Möglichkeiten		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen [10 BWK 1.3] 	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] MK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] 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] 	
Fächerverbindende Inhalte:		
MKR: 5.3 <ul style="list-style-type: none"> - gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen 		

Jahrgangsstufe: 10.2	Dauer des UVs: 10 Std.	Nummer des UVs im BF/SB:
Thema des UV 6: Badminton: Den Anforderungen eines Turniers gewachsen sein - Spielsituationen im Partnerspiel wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: • Interaktion im Sport	Inhaltliche Schwerpunkte: • Interaktion im Sport [e3]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • 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 • 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 • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] • 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]	
Fächerverbindende Inhalte:		

Jahrgangsstufe: 10.2	Dauer des UVs: 10 Std.	Nummer des UVs im BF/SB:
Thema des UV 7: Endzonenspiele im Test - Alternative Spiele zur Erweiterung des Sportspielverständnisses		
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"> Wahrnehmung von Körpererfahrungen [a1] Struktur und Funktion von Bewegung [a3] Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten [e1] Interaktion im Sport [e2] 	
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 	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 a1] Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (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 sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] 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] 	
Fächerverbindende Inhalte:		



Leibniz-Gymnasium Essen

Schulinternes Curriculum

Grundsätze der Leistungsbewertung

Sport

Sekundarstufe II (G8)

Teil IV: Einführungsphase Entscheidungen zum Unterricht

Die Darstellung der Unterrichtsvorhaben für die Sek. II im schulinternen Lehrplan besitzt den Anspruch, sämtliche im Kernlehrplan angeführten Kompetenzen abzudecken. Dies entspricht der Verpflichtung jeder Lehrkraft, alle je nach Profilierung geforderten Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans bei den Lernenden auszubilden und zu entwickeln. Die Darstellung der Inhalte erfolgt auf zwei Ebenen: der Übersichts- und der Konkretisierungsebene.

Zunächst wird die **Einführungsphase** vorgestellt, die mit Beginn des Schuljahres 2014/15 Gültigkeit bekommt.

Die **Qualifikationsphase** wurde nach einer weiteren Implementationsrunde für das Schuljahr 2015/16 ergänzt.

Der jeweils ausgewiesene Zeitbedarf bezogen auf die festgelegten Unterrichtsvorhaben (UV) versteht sich als grobe Orientierungsgröße, der nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Um Spielraum für

Vertiefungen, besondere Schülerinteressen, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Praktika, Kursfahrten o.ä.) zu erhalten, werden im Rahmen dieses schulinternen Lehrplans nur ca. 80 Prozent der Bruttounterrichtszeit verplant.

Während der Fachkonferenzbeschluss zur „Gesamtübersicht über die verbindlichen Unterrichtsvorhaben“ und deren „Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen“ zur Gewährleistung vergleichbarer Standards sowie zur Absicherung von Lerngruppenübertritten und Lehrkraftwechseln für alle Mitglieder der Fachkonferenz, verbindlich ist, besitzt die zu einem späteren Zeitpunkt angestrebte exemplarische Ausweisung „konkretisierter Unterrichtsvorhaben“ empfehlenden Charakter. Referendarinnen und Referendaren sowie neuen Kolleginnen und Kollegen würden diese vor allem zur standardbezogenen Orientierung in der neuen Schule, aber auch zur Verdeutlichung von unterrichtsbezogenen fachgruppeninternen Absprachen zu didaktisch-methodischen Zugängen, fächerübergreifenden Kooperationen, Lernmitteln und -orten sowie vorgesehenen Leistungsüberprüfungen dienen. Abweichungen von den vorgeschlagenen Vorgehensweisen bezüglich der konkretisierten Unterrichtsvorhaben sind im Rahmen der pädagogischen Freiheit der Lehrkräfte jederzeit möglich. Sicherzustellen bleibt allerdings auch hier, dass im Rahmen der Umsetzung der Unterrichtsvorhaben insgesamt alle Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans Berücksichtigung finden müssen.

Kursprofile und Unterrichtsvorhaben

Im Folgenden wird zunächst ein Plan für die Strukturierung der Einführungsphase vorgestellt. Anschließend folgt die Qualifikationsphase, für die sowohl Grundkursprofile als auch ein Leistungskurs-profil entwickelt wurden.

Einführungsphase (EPH)

Allgemeine Vorgaben zur Profilbildung in der EPH

*Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Einführungsphase in mindestens **drei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller Inhaltsfelder** mit den aufgeführten obligatorischen inhaltlichen Schwerpunkten entwickelt werden (KLP, S. 20). **Schulspezifische Vorüberlegungen zur Profilbildung in der EPH:***

- Die Fachkonferenz Sport hat sich für ein verbindliches Profil für die EPH entschieden, damit gleiche Bedingungen für die Kurswahlen der Q-Phase gegeben sind.

- Das Kursprofil wird von **3 verbindlichen** Bewegungsfeldern und Sportbereichen getragen.
Bf3 (Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik),
Bf6 (Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik, Tanz, Bewegungskünste) und
Bf7 (Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele)
- Bestimmend für die Auswahl dieser 3 Bewegungsfelder und Sportbereiche sind die zur Wahl stehenden Profile der Q-Phase.
- Eine Erweiterung des Angebotes erfolgt aber noch über den Rückgriff auf einen Teilbereich von **Bf1** (Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen). Hierdurch werden eine sachgerechte Abdeckung von bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzen sowie der Erhalt wichtiger, erprobter Unterrichtsinhalte (z.B. 5000m-Lauf) sichergestellt.
- **Bf4** (Bewegen im Wasser – Schwimmen) wird, obwohl für ein Kursprofil der Q-Phase profilbildend im Wahl-Angebot, nicht aufgegriffen, um kulturelle Problemstellung nicht den Unterricht bestimmen zu lassen; außerdem besteht kein ausreichendes Schwimmzeitangebot, um allen EPh-Kursen gerecht werden zu können.

Darüber hinaus werden mit Blick auf die 3 leitenden Bf weitere profilierende Aspekte festgelegt:

- **Bf3** wird in 3 UV thematisiert.
- Weil die Schule traditionell das Stadtwaldfest der Essener Schulen mit dieser Jahrgangsstufe unterstützt, ist das erste UV dem Projekt „Wettkampfrichtertätigkeit beim Stadtwaldfest“ zugeordnet.
- Um der inhaltlichen Arbeit in Q-Phase, speziell dem LK, nicht Gegenstände vorwegzunehmen, sollen die UVs zum Bf 3 nicht auf „Sonderdisziplinen“ der LA wie Hürdenlauf, Speer- und Diskuswurf zurückgreifen, wie in einer BWK der EPh gefordert wird. Vielmehr können / sollen auf Grund der unterrichtlichen Rahmenbedingungen z.T. nicht hinreichend ausgebildete Disziplinen vertieft werden.
- **Bf6:** Als Handgeräte werden Reifen und Seil festgelegt, um Jungen und Mädchen vergleichbar gute Arbeitsgrundlagen zu bieten.
- **Bf7:** Der Sportbereich Fußball wird mit keinem Schwerpunkt unterrichtet, um Sportbereiche besonders thematisieren zu können, die für die Wahl von Gks bzw. den LK in der Regel mehr Förderbedarf benötigen, da sie häufig noch nicht auf ein notwendiges Niveau entwickelt sind.
- Der zeitliche Umfang der UV ist in der Regel bewusst nicht zu hoch angesetzt. Daraus ergibt sich o mehr Flexibilität des Einfügens in der Planung innerhalb des Schuljahres sowie insbesondere aber
 - eine klare Akzentuierung der Inhaltsfelder und der Kompetenzerwartungen.
- Deshalb ist die Abfolge der unten ausgewiesenen UV nicht als zwingende Chronologie zu verstehen.
 - Sie wird nicht zuletzt von den für den Unterricht räumlich z.T. unterschiedlichen Rahmenbedingungen der zur Verfügung stehenden Sportstätten sowie deren unterschiedliche materiale Ausstattung bestimmt.

- Das durch das Projekt „Wettkampfrichtertätigkeit beim Stadtwaldfest“ bestimmte UV wird aber notwendigerweise direkt zu Beginn der EPh zu behandeln sein.
 - Mit Blick auf das Angebot für am LK interessierte Schüler, sich im Schreiben einer Klausur zu erproben, ist das UV zur Ausdauer zu Beginn, das UV zu den Spielregeln zu Beginn des 2.Halbjahres anzusetzen.
- Es wird Wert daraufgelegt, dass wichtige Kompetenzerwartungen - z.T. in leicht abgewandelter Form zu den Vorgaben des KLP - in verschiedenen UV eingebracht werden, um ihre Bedeutung besonders herauszuarbeiten.

Gesamtübersicht über die verbindlichen Unterrichtsvorhaben

Laufendes UV	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben
UV I	<p>Kampfrichtertätigkeit bei leichtathletischen Disziplinen des Kurses und beim Stadtwaldfest – Auf der Basis der Planung, Durchführung und Auswertung leichtathletischer Mehrkämpfe (Lauf, Sprung und Wurf/Stoß) im Kurs und beim Stadtwaldfest die Wettkampfrichtertätigkeit eigenverantwortlich organisieren.</p> <p>ca. 8 Stunden</p> <p><u>Anmerkung:</u> 1. Hj. / 1. UV, da Stadtwaldfest in der 5. vollen Schulwoche nach Schulbeginn stattfindet</p>
UV II	<p>Ich will wissen, wie „meine“ Kugel weiterfliegen kann – Durch die Erprobung verschiedener Kugelstoßtechniken und deren Besonderheiten die eigene individuelle Technik anhand von unterschiedlichen Lernwegen finden, kriteriengeleitet beurteilen und verbessern. ca. 12 Stunden</p>
	<p>Mit Durchblick und Emotionen hoch Springen – Hochsprungtechnik mit Hilfe analytisch synthetischer Methoden unter Einbeziehung entsprechender Hilfsmittel (Bildreihe,</p>
UV III	<p>Videoanalyse, ...) analysieren sowie individuell optimieren und in UV abschließenden absoluten und auch relativen Hochsprungmannschafts-Wettbewerben die Bedeutung emotionaler Faktoren (Freude, Frustration) zu erfahren. ca. 12 Stunden</p>
UV IV	<p>Erstellen einer Kleingruppenchoreografie in der „Tanzart“ Aerobic unter den Aspekten Belastung und Aufstellungsform ca. 12 Stunden</p>
UV V	<p>Entwickeln einer Partnerkür unter Einbezug turnerischer Elemente und unter Hinzunahme eines gymnastischen Handgerätes (Seil / Reifen) mit improvisierten Anteilen. ca. 12 Stunden</p>
UV VI	<p>Experimentieren mit Regeln, um technische und taktische Lernprozesse zu steuern und geschlechtsspezifische Ungleichheiten auszugleichen, an Hand der Sportart Basketball und Fußball. ca. 12 Stunden</p> <p><u>Anmerkung:</u> 2. Hj. für mögliches Klausur - Angebot</p>
UV VII	<p>Reduziertes Spielen im Badminton (Halbfeld) und Volleyball (3:3) unter besonderer Beachtung der Vertiefung technischer und taktischer Grundlagen.</p> <p>ca. 24 Stunden</p>
UV VIII	<p>Ausdauer schulen und die Körperreaktionen erfassen, um mit Hilfe eines individuellen Trainingsplans einen Ausdauerlauf (5000m) absolvieren zu können.</p> <p>ca. 12 Stunden</p> <p><u>Anmerkung:</u> 1. Hj. für mögliches Klausur - Angebot</p>
Freiraum	<p>ca. 4 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs</p>

Einführungsphase (EPH)

UVs zum

Bf3 (Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik)

Unterrichtsvorhaben I:

Thema:

Kampfrichtertätigkeit bei leichtathletischen Disziplinen des Kurses und beim Stadtwaldfest – Auf der Basis der Planung, Durchführung und Auswertung leichtathletischer Mehrkämpfe (Lauf, Sprung und Wurf/Stoß) im Kurs und beim Stadtwaldfest die Wettkampfrichtertätigkeit eigenverantwortlich organisieren.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: (BWK)

- einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen. **Inhaltsfeld(er):**
- Kooperation und Konkurrenz (**e**) - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben (SK)
- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren) (MK)

Zeitbedarf: 8 Stunden

Anmerkung: 1. Hj. / 1. UV, da Stadtwaldfest in der 5. vollen Schulwoche nach Schulbeginn stattfindet

Unterrichtsvorhaben II:

Thema:

Ich will wissen, wie „meine“ Kugel weiterfliegen kann – Durch die Erprobung verschiedener Kugelstoßtechniken und deren Besonderheiten die eigene individuelle Technik anhand von unterschiedlichen Lernwegen finden, kriteriengeleitet beurteilen und verbessern.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: (BWK)

- eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (s. Anmerkung in den Vorbemerkungen).

Inhaltsfeld(er):

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. (SK)
- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen. (UK)
- ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen. (UK)
- **Zeitbedarf: 12 Stunden**

Unterrichtsvorhaben III:

Thema:

Mit Durchblick und Emotionen hoch Springen - Hochsprungtechnik mit Hilfe analytisch-synthetischer Methoden unter Einbeziehung entsprechender Hilfsmittel (Bildreihe, Videoanalyse, ...) analysieren sowie individuell optimieren und in UV abschließenden absoluten und auch relativen Hochsprungmannschaftswettbewerben die Bedeutung emotionaler Faktoren (Freude, Frustration) zu erfahren.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: (BWK)

- eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (s. Anmerkung in den Vorbemerkungen).

Inhaltsfeld(er):

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens
- Wagnis und Verantwortung (c) - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. (SK)
- unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. (SK)
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben. (UK)
- in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren. (MK)

Zeitbedarf: 12 Stunden

Einführungsphase (EPH)
UVs zum
Bf6 (Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik, Tanz, Bewegungskünste)

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema:

Entwickeln einer Kleingruppenchoreografie in der Tanzart Aerobic unter den Aspekten Belastung und Aufstellungsform

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: (BWK)

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

Inhaltsfeld(er):

- Bewegungsgestaltung (**b**) – Gestaltungskriterien
- Leistung (**d**) - Trainingsplanung und -organisation

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- Unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern. (SK)
- Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. (MK)
- Eine Gruppenchoreografie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten. (UK) **Zeitbedarf: 12 Stunden**

Unterrichtsvorhaben V:

Thema:

Entwickeln einer Partnerkür unter Einbezug turnerischer Elemente und unter Hinzunahme eines gymnastischen Handgerätes (Seil / Reifen) mit improvisierten Anteilen.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: (BWK).

- Ein (Hand-)Gerät / Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen.

Inhaltsfeld(er):

- Bewegungsgestaltung (**b**) – Gestaltungskriterien
- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (**a**) - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern. (SK)
- Unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden (MK)
- Eine Gruppenchoreografie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten. (UK)

Zeitbedarf: 12 Stunden

Einführungsphase (EPh)

UV zum

BF 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema:

Experimentieren mit Regeln, um technische und taktische Lernprozesse zu steuern und geschlechtsspezifische Ungleichheiten auszugleichen, anhand der Sportart Basketball.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.
- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.

Inhaltsfeld(er):

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (UK)
- Den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen. (UK)
- Grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (SK)

Zeitbedarf: ca. 12 Stunden

Anmerkung: 2. Hj. für mögliches Klausur - Angebot

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema:

Reduziertes Spielen im Badminton (Halbfeld) und Volleyball (3:3) unter besonderer Beachtung der Vertiefung technischer und taktischer Grundlagen. **Bewegungsfeldspezifische**

Kompetenzerwartungen:

- In einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Inhaltsfeld(er):

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben.
- Unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. (MK)
- Sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (MK)

Zeitbedarf: ca. 24 Stunden

Einführungsphase (EPH)

UV zum

Bf1 (Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen)

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema:

Ausdauer schulen und die Körperreaktionen erfassen, um mit Hilfe eines individuellen Trainingsplans einen Ausdauerlauf (5000 m) auch in Teilen selbstständig unter Beachtung des persönlichen Wohlbefindens vorbereiten und absolvieren zu können.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: (BWK)

- Ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.

Inhaltsfeld(er):

- Leistung **(d)** - Trainingsplanung und -organisation
- Gesundheit **(f)** - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (SK)
- Allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern. (SK)
- Einen zeitlich begrenzten, individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch). (MK)
- Sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen. (MK)
- Ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen. (UK)
- Die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: 12 Stunden

Anmerkung: 1. Hj. für mögliches Klausur – Angebot; Ausdauerlauf möglichst vor den Herbstferien

Teil V: Qualifikationsphase im Grundkurs

Am Leibniz-Gymnasium gibt es in der Oberstufe neben dem Leistungskurs noch vier weitere Grundkurse mit unterschiedlichen Profilen. Dabei kann Sport als zweites Abiturfach (Leistungskurs) gewählt werden. Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich der Profilbildung sind dabei folgende Grundsätze zu berücksichtigen:

*„Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Qualifikationsphase in **zwei** Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung **aller** Inhaltsfelder entwickelt werden.*

Dabei müssen zwei Inhaltsfelder im Sinne einer Akzentuierung umfassend in allen inhaltlichen Schwerpunkten thematisiert werden. Aus den übrigen vier Inhaltsfeldern ist immer mindestens der erste Schwerpunkt (Fettdruck) mit den jeweils zugehörigen Kompetenzerwartungen zu berücksichtigen.“ (KLP S. 28)

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergeben sich folgende Kursprofile:

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Fußball, Tischtennis	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
2	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Fußball, Badminton	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
3	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Volleyball, Streetball	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
4	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Badminton, Ultimate Frisbee	f - Gesundheit	e - Kooperation und Konkurrenz
5	Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz Bewegungskünste	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Badminton, Basketball	b – Bewegungsgestaltung	e - Kooperation und Konkurrenz

Kursprofil 1: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 1.1 →ca. 15 Wochen =	UV 1	Analyse der eigenen Leistungsfähigkeit der eigenen Grundlagenausdauer als Grundlage eines individuellen Trainings zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit. ca. 15 –18 Stunden
	UV 2	Entwicklung taktischer Konzepte für die besonderen Bedingungen des Hallenfußballs. ca. 10 – 12 Stunden
	UV 3	Entwicklung der Individualtaktik (Positionierung an der Platte) im Einzel.
45 Stunden		ca. 10 – 12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 3 – 10 Stunden
Q 1.2 ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 4	Entwicklung individueller Stoßtechniken (Kugelstoßen) ausgehend von der Stoßauslage unter Berücksichtigung biomechanischer Prinzipien. ca. 15 –18 Stunden
	UV 5	Konzipieren von Regelvariationen des alternativen Sportspiels „Fußball-Tennis“ unter Berücksichtigung der individuellen motorischen Fähigkeiten des Kurses. ca. 10 –12 Stunden
	UV 6	Verbesserung spezieller Angriffstechniken im Tischtennis. ca. 10 –12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 3–10 Stunden
Q 2.1 → 15 Wochen = 45 Stunden	UV 7	Entwicklung und Durchführung eines historischen Hochsprungwettkampfes und Bewertung festgelegter Kriterien. ca. 15 –18 Stunden
	UV 8	Fußballspezifisches Aufwärmen, Dehnen und Kräftigungsübungen zur Verletzungsprophylaxe. ca. 10 –12 Stunden
	UV 9	Spielstrategien im Doppel erarbeiten und in einer selbst entwickelten Turnierform anwenden und reflektieren. ca. 12 –15 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 0 – 8 Stunden
Q 2.2 Quartal 3 → 8 Wochen = 24 Stunden	UV 10	Konzipieren und Erfahren eines Hindernislaufes im Kontext eines leichtathletischen Mehrkampfes. ca. 10 –12Stunden
	UV 11	Erweiterung der Handlungskompetenzen in klassischen Gesellschaftssituationen am Beispiel des Abiballs (Standardtanz). ca. 10 –12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 4 Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

Thema: Analyse der eigenen Leistungsfähigkeit der eigenen Grundlagenausdauer als Grundlage eines individuellen Trainings zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Ausdauerlauf

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

Inhaltsfeld:

d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Trainingsplanung und -organisation

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- SK Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- MK Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) **Zeitbedarf:** ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Entwicklung taktischer Konzepte für die besonderen Bedingungen des Hallenfußballs.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiel (Fußball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Inhaltsfeld:

e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Zeitbedarf: ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Entwicklung der Individualtaktik (Positionierung an der Platte) im Einzel.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern:
Partnerspiel - Einzel und Doppel (Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Inhaltsfeld:

e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Anwendung individualtaktischer Maßnahmen in Konkurrenzsituationen (Wettkampf)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Zeitbedarf: ca. 10 -12 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Entwicklung individueller Stoßtechniken (Kugelstoßen) ausgehend von der Stoßauslage unter Berücksichtigung biomechanischer Prinzipien.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Stoßtechniken

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Trainingsplanung und -organisation
- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung

Inhaltsfeld:

d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Leistungssteigerung durch Analyse und Trainieren einer Fertigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.
 - individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

•

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Konzipieren von Regelvariationen des alternativen Sportspiels „Fußballtennis“ unter Berücksichtigung der individuellen motorischen Fähigkeiten des Kurses.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Fußball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld:

e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperatives Gestalten von alternativen Spielgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

□

- **Zeitbedarf:** ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Verbesserung spezieller Angriffstechniken im Tischtennis.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele **Inhaltlicher Kern:**

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Inhaltsfeld:

d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Trainingsplanung und -organisation

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

□

- **Zeitbedarf:** ca. 10 - 12 Std.

Summe Qualifikationsphase I: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 13 Stunden)

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Entwicklung und Durchführung eines historischen Hochsprungwettkampfes und Bewertung festgelegter Kriterien.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Sprung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Die Schülerinnen und Schüler können historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten

Inhaltsfelder:

a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

b - Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Bewegungsstruktur erfahren und gestalten / Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Fußballspezifisches Aufwärmen, Dehnen und Kräftigungsübungen zur Verletzungsprophylaxe.

BF/SB: 3: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

I

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Fußball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.
- Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden.

Inhaltsfeld:

f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: Spielstrategien im Doppel erarbeiten und in einer selbst entwickelten Turnierform anwenden und reflektieren.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Inhaltsfelder:

e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Fairness und Aggression im Sport

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Konzipieren und Erfahren eines Hindernislaufes im Kontext eines leichtathletischen Mehrkampfes.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik **Inhaltlicher**

Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Laufen, Sprung, Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (inkl. 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.
- Die Schülerinnen und Schüler können ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen.

Inhaltsfelder:

c - Wagnis und
Verantwortung d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: Erweiterung der Handlungskompetenzen in klassischen Gesellschaftssituationen am Beispiel des Abiballs (Standardtanz).

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltliche Kerne: Tanzen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die SuS können ausgehend von selbst gewählten/vorgegebenen Gestaltungsanlässen/ -themen untersch. Bewegungs- & Darstellungsmöglichkeiten u. B. spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen

Inhaltsfeld:

b – Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern, unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Summe Qualifikationsphase II: ca. 69 Stunden (Freiraum ca. 6 Stunden)

Kursprofil 2: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Fußball, Tischtennis	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
2	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Fußball, Badminton	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
3	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Volleyball, Streetball	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
4	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit en ausprägen	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Badminton, Ultimate Frisbee	f - Gesundheit	e - Kooperation und Konkurrenz
5	Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz Bewegungskünste	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Badminton, Basketball	b – Bewegungsgestaltung	e - Kooperation und Konkurrenz

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 1.1 →ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 1	Analyse der eigenen Leistungsfähigkeit der eigenen Grundlagenausdauer als Grundlage eines individuellen Trainings zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit. ca. 15 –18 Stunden
	UV 2	Entwicklung taktischer Konzepte für die besonderen Bedingungen des Hallenfußballs. ca. 10 – 12 Stunden
	UV 3	Entwicklung der Individualtaktik (Positionierung auf dem Spielfeld) im Einzel. ca. 10 – 12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 3 – 10 Stunden
Q 1.2 ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 4	Entwicklung individueller Stoßtechniken (Kugelstoßen) ausgehend von der Stoßauslage unter Berücksichtigung biomechanischer Prinzipien. ca. 15 –18 Stunden
	UV 5	Konzipieren von Regelvariationen des alternativen Sportspiels „Fußball-Tennis“ unter Berücksichtigung der individuellen motorischen Fähigkeiten des Kurses. ca. 10 –12 Stunden
	UV 6	Verbesserung spezieller Angriffstechniken im Badminton. ca. 10 –12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 3–10 Stunden
Q 2.1 → 15 Wochen = 45 Stunden	UV 7	Entwicklung und Durchführung eines historischen Hochsprungwettkampfes und Bewertung festgelegter Kriterien. ca. 15 –18 Stunden
	UV 8	Fußballspezifisches Aufwärmen, Dehnen und Kräftigungsübungen zur Verletzungsprophylaxe. ca. 10 –12 Stunden
	UV 9	Spielstrategien im Doppel erarbeiten und in einer selbst entwickelten Turnierform anwenden und reflektieren. ca. 12 –15 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 0 – 8 Stunden
Q 2.2 Quartal 3 → 8 Wochen = 24 Stunden	UV 10	Konzipieren und Erfahren eines Hindernislaufes im Kontext eines leichtathletischen Mehrkampfes. ca. 10 –12Stunden
	UV 11	Erweiterung der Handlungskompetenzen in klassischen Gesellschaftssituationen am Beispiel des Abiballs (Standardtanz). ca. 10 –12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 4 Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

Thema: Analyse der eigenen Leistungsfähigkeit der eigenen Grundlagenausdauer als Grundlage eines individuellen Trainings zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit. **BF/SB:** 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Ausdauerlauf

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

Inhaltsfeld:

d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Trainingsplanung und -organisation

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- SK Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- MK Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)
- **Zeitbedarf:** ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Entwicklung taktischer Konzepte für die besonderen Bedingungen des Hallenfußballs.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiel (Fußball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Inhaltsfeld:

e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Zeitbedarf: ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Entwicklung der Individualtaktik (Positionierung auf dem Spielfeld) im Einzel.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele **Inhaltlicher Kern:**

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Inhaltsfeld:

e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Anwendung individualtaktischer Maßnahmen in Konkurrenzsituationen (Wettkampf)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Zeitbedarf: ca. 10 -12 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Entwicklung individueller Stoßtechniken (Kugelstoßen) ausgehend von der Stoßauslage unter Berücksichtigung biomechanischer Prinzipien.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Stoßtechniken

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Trainingsplanung und -organisation
- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung

Inhaltsfeld:

d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Leistungssteigerung durch Analyse und Trainieren einer Fertigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern. individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Konzipieren von Regelvariationen des alternativen Sportspiels „Fußballtennis“ unter Berücksichtigung der individuellen motorischen Fähigkeiten des Kurses.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Fußball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld:

e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperatives Gestalten von alternativen Spielgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.
- **Zeitbedarf:** ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Verbesserung spezieller Angriffstechniken im Badminton.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele **Inhaltlicher**

Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Inhaltsfeld:

d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Trainingsplanung und -organisation

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.
- Zeitbedarf:** ca. 10 - 12 Std.
-

Summe Qualifikationsphase I: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 13 Stunden)

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Entwicklung und Durchführung eines historischen Hochsprungwettkampfes und Bewertung festgelegter Kriterien.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Sprung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Die Schülerinnen und Schüler können historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten

Inhaltsfelder:

a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

b - Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Bewegungsstruktur erfahren und gestalten / Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Fußballspezifisches Aufwärmen, Dehnen und Kräftigungsübungen zur Verletzungsprophylaxe.

BF/SB: 3: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Fußball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.
- Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethode(n) (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden.

Inhaltsfeld:

f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: Spielstrategien im Doppel erarbeiten und in einer selbst entwickelten Turnierform anwenden und reflektieren.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Inhaltsfelder:

e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Fairness und Aggression im Sport

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Konzipieren und Erfahren eines Hindernislaufes im Kontext eines leichtathletischen Mehrkampfes.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik **Inhaltlicher**

Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Laufen, Sprung, Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (inkl. 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.
- Die Schülerinnen und Schüler können ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen.

Inhaltsfelder:

c - Wagnis und
Verantwortung d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen **Bewegungsfeldübergreifende**

Kompetenzerwartung:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: Erweiterung der Handlungskompetenzen in klassischen Gesellschaftssituationen am Beispiel des Abiballs (Standardtanz).

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltliche Kerne: Tanzen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die SuS können ausgehend von selbst gewählten/vorgegebenen Gestaltungsanlässen/ -themen untersch. Bewegungs- & Darstellungsmöglichkeiten u.B. spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen

Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Summe Qualifikationsphase II: ca. 69 Stunden (Freiraum ca. 6 Stunden)

Kursprofil 3: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Fußball, Tischtennis	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
2	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Fußball, Badminton	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
3	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Volleyball, Streetball	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
4	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Badminton, Ultimate Frisbee	f - Gesundheit	e - Kooperation und Konkurrenz
5	Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz Bewegungskünste	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Badminton, Basketball	b – Bewegungsgestaltung	e - Kooperation und Konkurrenz

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 1.1 →ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 1	Analyse der eigenen Leistungsfähigkeit der eigenen Grundlagenausdauer als Grundlage eines individuellen Trainings zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit. ca. 15 –18 Stunden
	UV 2	Streetball – Wir entwickeln unser eigenes Spiel mit dem Basketball. ca. 10 – 12 Stunden
	UV 3	Von der Abwehr in den Angriff – Wiederholen und Verbessern der verschiedenen Techniken des Volleyballspiels. ca. 10 – 12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 3 – 10 Stunden
Q 1.2 ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 4	Entwicklung individueller Stoßtechniken (Kugelstoßen) ausgehend von der Stoßauslage unter Berücksichtigung biomechanischer Prinzipien. ca. 15 –18 Stunden
	UV 5	Straight from the Street – Wir lernen die alternative Spielform Streetball kennen und beschäftigen uns mit den vielfältigen Varianten unter Berücksichtigung des kulturellen Hintergrunds. ca. 10 –12 Stunden
	UV 6	Taktikfuchs – Individualtaktische Grundlagen des Volleyballspiels. ca. 10 –12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 3–10 Stunden
Q 2.1 → 15 Wochen = 45 Stunden	UV 7	Entwicklung und Durchführung eines historischen Hochsprungwettkampfes und Bewertung festgelegter Kriterien. ca. 15 –18 Stunden
	UV 8	Volleyball ist ein Mannschaftssport! – Bewusstmachen und Einüben von Gruppentaktischen Handlungsweisen im vereinfachten Volleyballspiel. ca. 10 –12 Stunden
	UV 9	The Essen Globetrotters – Entwickeln einer Gruppenchoreografie mit dem Basketball. ca. 12 –15 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 0 – 8 Stunden
Q 2.2 Quartal 3 → 8 Wochen = 24 Stunden	UV 10	Konzipieren und Erfahren eines Hindernislaufes im Kontext eines leichtathletischen Mehrkampfes. ca. 10 –12Stunden
	UV 11	Wir sind Volleyballprofis! – Volleyball im Zielspiel als Grundlage für eine große Turnierform unter Berücksichtigung aller technischen und taktischen Voraussetzungen.
	ggf. Freiraum	ca. 10 –12 Stunden ca. 4 Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

Thema: Analyse der eigenen Leistungsfähigkeit der eigenen Grundlagenausdauer als Grundlage eines individuellen Trainings zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit. **BF/SB:** 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Ausdauerlauf

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Trainingsplanung und -organisation

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- SK Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- MK Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) **Zeitbedarf:** ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Streetball – Wir entwickeln unser eigenes Spiel mit dem Basketball **BF/SB:** 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (Streetball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlicher Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Zeitbedarf: ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Von der Abwehr in den Angriff – Wiederholen und Verbessern der verschiedenen Techniken des Volleyballspiels.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden.

Inhaltsfeld:

d – Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Trainingsplanung und -organisation

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen **Zeitbedarf:** ca. 10 -12 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Entwicklung individueller Stoßtechniken (Kugelstoßen) ausgehend von der Stoßauslage unter Berücksichtigung biomechanischer Prinzipien.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Stoßtechniken

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Trainingsplanung und -organisation
- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Leistungssteigerung durch Analyse und Trainieren einer Fertigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern. individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Straight from the Street – Wir lernen die alternative Spielform Streetball kennen und beschäftigen uns mit den vielfältigen Varianten unter Berücksichtigung des kulturellen Hintergrunds

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (Streetball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen
- Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. □

Zeitbedarf: ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Taktikfuchs – Individualtaktische Grundlagen des Volleyballspiels.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele **Inhaltlicher**

Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden
- Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden

Inhaltsfeld: d - Leistung / e – Kooperation und Konkurrenz **Inhaltlicher**

Schwerpunkt:

Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten,

Druckbedingungen) beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Summe Qualifikationsphase I: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 13 Stunden)

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Entwicklung und Durchführung eines historischen Hochsprungwettkampfes und Bewertung festgelegter Kriterien.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Sprung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

□ Die Schülerinnen und Schüler können historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten

Inhaltsfelder:

a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

b - Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Bewegungsstruktur erfahren und gestalten / Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Volleyball ist ein Mannschaftssport! – Bewusstmachen und Einüben von Gruppentaktischen Handlungsweisen im vereinfachten Volleyballspiel.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Inhaltsfeld:

e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: The Essen Globetrotters – Entwickeln einer Gruppenchoreografie mit dem Basketball.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (Streetball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.

Die SuS können ausgehend von selbst gewählten/vorgegebenen Gestaltungsanlässen/ -themen untersch. Bewegungs- & Darstellungsmöglichkeiten u. B. spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen.

Inhaltsfelder:

b – Bewegungsgestaltung

f – Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsgestaltung – Gestaltungskriterien

Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- SK: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Konzipieren und Erfahren eines Hindernislaufes im Kontext eines leichtathletischen Mehrkampfes.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik **Inhaltlicher**

Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Laufen, Sprung, Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (inkl. 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.
- Die Schülerinnen und Schüler können ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen.

Inhaltsfelder:

c - Wagnis und
Verantwortung d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen **Bewegungsfeldübergreifende**

Kompetenzerwartung:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: Wir sind Volleyballprofis! – Volleyball im Zielspiel als Grundlage für eine große Turnierform unter Berücksichtigung aller technischen und taktischen Voraussetzungen.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltliche Kerne:

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport.

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Summe Qualifikationsphase II: ca. 69 Stunden (Freiraum ca. 6 Stunden)

Kursprofil 4: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Fußball, Tischtennis	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
2	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Fußball, Badminton	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
3	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Volleyball, Streetball	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
4	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Badminton, Ultimate Frisbee	f - Gesundheit	e - Kooperation und Konkurrenz
5	Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz Bewegungskünste	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Badminton, Basketball	b – Bewegungsgestaltung	e - Kooperation und Konkurrenz

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 1.1 → ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 1	Beurteilung verschiedener Trainingsmethoden zur gesundheitsorientierten Verbesserung der Grundlagenausdauer und Erstellung individueller Trainingspläne auf dem Hintergrund individueller Leistungsniveaus ca. 10 – 12 Stunden
	UV 2	Entwicklung der Individualtaktik (Positionierung auf dem Spielfeld) im Badminton Einzel ca. 10 – 12 Stunden
	UV 3	Verbesserung der Grundlagenausdauer über die Entwicklung von Choreografien in verschiedenen Formen der Fitnessgymnastik (z.B. Aerobic, Zumba, Tae Bo) ca. 15 – 18 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 4 – 10 Stunden
Q 1.2 ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 4	Verbesserung spezieller Angriffstechniken im Badminton ca. 15 – 18 Stunden
	UV 5	Kleine Spiele mit dem Frisbee – spielgemäße Hinführung an die Grundtechniken ca. 10 – 12 Stunden
	UV 6	Wagnis und Verantwortung bei Orientierungsläufen im unbekanntem Gelände unter dem Ausdaueraspekt ca. 10 – 12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 4–10 Stunden
Q 2.1 → 15 Wochen = 45 Stunden	UV 7	Ultimate Frisbee – Erarbeitung grundlegender taktischer Besonderheiten eines Endzonenspiels ca. 15 – 18 Stunden
	UV 8	Fitnessstudio Sporthalle ca. 10 – 12 Stunden
	UV 9	Spielstrategien im Doppel erarbeiten und in einer selbst entwickelten Turnierform anwenden und reflektieren
	ggf. Freiraum	ca. 0 – 8 Stunden
Q 2.2 Quartal 3 → 8 Wochen = 24 Stunden	UV 10	Entwicklung von Programmen zur Entspannung unter Einsatz psychoregulativer Verfahren wie zum Beispiel Yoga, Autogenes Training und Entspannungstechniken nach Jacobsen ca. 10 – 12 Stunden
	UV 11	Erweiterung der Handlungskompetenzen in klassischen Gesellschaftssituationen am Beispiel des Abiballs (Standardtanz). ca. 10 – 12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 4 Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

Thema: Beurteilung verschiedener Trainingsmethoden zur gesundheitsorientierten Verbesserung der Grundlagenausdauer und Erstellung individueller Trainingspläne auf dem Hintergrund individueller Leistungsniveaus

BF/SB: 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten.
- BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten). **Inhaltsfeld:** f – Gesundheit d – Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens
- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- SK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.
- MK: (d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio).
- MK: (d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Entwicklung der Individualtaktik (Positionierung auf dem Spielfeld) im Badminton Einzel

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Inhaltsfeld:

e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Anwendung individualtaktischer Maßnahmen in Konkurrenzsituationen (Wettkampf)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.

Zeitbedarf: ca. 10 -12 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Verbesserung der Grundlagenausdauer über die Entwicklung von Choreographien in verschiedenen Formen der Fitnessgymnastik (z.B. Aerobic, Zumba, Tae Bo)

BF/SB:

Inhaltsfeld:

f – Gesundheit

Inhaltlicher Kern:

Formen der Fitnessgymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen.
- BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können eine selbstständig entwickelte Bewegungskomposition unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein oder gemeinsam präsentieren.

Inhaltsfeld:

d - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)
- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f) □ Gestaltungskriterien (b)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.
- SK: (b): Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- UK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.
- UK: (b): Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Verbesserung spezieller Angriffstechniken im Badminton

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden.

Inhaltsfeld:

d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Trainingsplanung und -organisation
- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

□

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Kleine Spiele mit dem Frisbee – spielgemäße Hinführung an die Grundtechniken

BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. Frisbee)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.
- Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

Inhaltsfeld:

e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: (e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- UK: (e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Wagnis und Verantwortung bei Orientierungsläufen im unbekanntem Gelände unter dem Ausdaueraspekt

BF/SB: 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen **Inhaltlicher**

Kern:

BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, **Orientierungslauf**)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten) .

Inhaltsfeld:

c – Wagnis und Verantwortung

f – Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)
- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) **Bewegungsfeldübergreifende**

Kompetenzerwartungen:

- SK: (c): Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.
- SK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende

Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.

□ **Zeitbedarf:** ca. 10 - 12 Std.

Summe Qualifikationsphase I: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 13 Stunden)

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Ultimate Frisbee – Erarbeitung grundlegender taktischer Besonderheiten eines Endzonenspiels

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. Frisbee)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Die SuS können im gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden.

Inhaltsfelder:

e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Fairness und Aggression im Sport (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: (c): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern.
- MK: (e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- UK: (e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Fitnessstudio Sporthalle

BF/SB: 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.
- Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden.

Inhaltsfeld:

f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)
- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.
- SK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.
- MK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: Spielstrategien im Doppel erarbeiten und in einer selbst entwickelten Turnierform anwenden und reflektieren

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden.

Inhaltsfelder:

e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
- Fairness und Aggression im Sport

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Entwicklung von Programmen zur Entspannung unter Einsatz psychoregulativer Verfahren wie zum Beispiel Yoga, Autogenes Training und Entspannungstechniken nach Jacobsen **BF/SB:** 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen **Inhaltlicher Kern:**

Psychoregulative Verfahren zur Entspannung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen.

Inhaltsfelder: f

- Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)
- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- SK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.
- UK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: Erweiterung der Handlungskompetenzen in klassischen Gesellschaftssituationen am Beispiel des Abiballs (Standardtanz).

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltliche Kerne: Tanzen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die SuS können ausgehend von selbst gewählten/vorgegebenen Gestaltungsanlässen/ -themen untersch. Bewegungs- & Darstellungsmöglichkeiten u. B. spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen.

Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Summe Qualifikationsphase II: ca. 69 Stunden (Freiraum ca. 6 Stunden)

Kursprofil 5: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Fußball, Tischtennis	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
2	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Fußball, Badminton	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
3	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Volleyball, Streetball	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
4	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Badminton, Ultimate Frisbee	f - Gesundheit	e - Kooperation und Konkurrenz
5	Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz Bewegungskünste	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Badminton, Basketball	b – Bewegungsgestaltung	e - Kooperation und Konkurrenz

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q 1.1</u> → ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 1	Wir gestalten unsere erste Präsentation – grundlegende Bewegungselemente und Rhythmusschulung am Beispiel einer Aerobic Sequenz erarbeiten sowie experimentelles Erproben einer ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandlung mit einem Handgerät ca. 12 – 14 Stunden
	UV 2	Heute schon trainiert? – Erstellen und Führen eines individuellen Trainingstagebuchs zur Verbesserung der motorischen Fertigkeiten im Basketball ca. 10 – 12 Stunden
	UV 3	Ich will mich verbessern! - Festigung und Entwicklung grundlegender technischer-koordinativer Fertigkeiten in gruppenorientierter Übungsform am Beispiel des Badmintonspiels ca. 10 – 12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 9 – 14 Stunden
<u>Q 1.2</u> ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 4	Let`s HipHop – Kennen lernen zeitgenössischer Tänze sowie Entwicklung und Präsentation einer eigenen Choreografie unter besonderer Berücksichtigung aller Gestaltungskriterien. Ca. 14 – 16 Stunden
	UV 5	Im Team spielen – Gruppen- und mannschaftstaktische Strategien entwickeln und in wettkampfgerechten Spielsituationen am Beispiel Basketball anwenden ca. 10 – 12 Stunden
	UV 6	Wie bringe ich meinen Gegner ins Schwitzen? – Erarbeiten und Anwenden individualtaktischer Maßnahmen zur Verbesserung des Badmintonspiels ca. 10 – 12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 5 – 11 Stunden
<u>Q 2.1</u> → 15 Wochen = 45 Stunden	UV 7	„Es war einmal...“ Tanztheater erfahren – Geschichten anhand von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder –Themen tänzerisch darstellen und umsetzen. ca. 18 – 20 Stunden
	UV 8	Basketballspezifisches Aufwärmen, Dehnen und Kräftigungsübungen zur Verletzungsprophylaxe. ca. 8 – 10 Stunden
	UV 9	Spielstrategien im Doppel erarbeiten und in einer selbst entwickelten Turnierform anwenden und reflektieren. ca. 12 – 15 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 0 – 7 Stunden
<u>Q 2.2</u> Quartal 3 → 8 Wochen = 24 Stunden	UV 10	Ich erweitere mein Tanzspektrum! – Selbstgesteuertes Kennen lernen, Ausprobieren und Vermitteln unterschiedlicher stilgebundener Tänze. ca. 20 – 22 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 2 – 4 Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

Thema: Wir gestalten unsere erste Präsentation – grundlegende Bewegungselemente und Rhythmuschulung am Beispiel einer Aerobic Sequenz erarbeiten sowie experimentelles Erproben einer ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandlung mit einem Handgerät.

BF/SB: 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

Gymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren
- Die Schülerinnen und Schüler können Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns - insbesondere der Improvisation - nutzen

Inhaltsfelder:

b – Bewegungsgestaltung

c – Wagnis und Verantwortung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- SK: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

Zeitbedarf: ca. 12 – 14 Std.

Unterrichtsvorhaben II

Thema: Heute schon trainiert? – Erstellen und Führen eines individuellen Trainingstagebuchs zur Verbesserung der motorischen Fertigkeiten im Basketball

BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Basketball

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiel (Basketball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen

Die SuS können im gewähltem Mannschafts- / Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn. – koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden.

Inhaltsfelder:

e – Kooperation und Konkurrenz

d – Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Trainingsplanung und -organisation

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- MK: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio).
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Zeitbedarf: ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Ich will mich verbessern! - Festigung und Entwicklung grundlegender technischer koordinativer Fertigkeiten in gruppenorientierter Übungsform am Beispiel des Badmintonspiels.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden
- Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Inhaltsfelder:

e – Kooperation und Konkurrenz

a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 – 12 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Let`s Hip Hop – Kennen lernen zeitgenössischer Tänze sowie Entwicklung und Präsentation einer eigenen Choreographie unter besonderer Berücksichtigung aller Gestaltungskriterien.

BF/SB: 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

Tanz

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung Inhaltlicher

Schwerpunkt:

Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neugestalten) unterscheiden.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 14 – 16 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Im Team spielen - Gruppen- und mannschaftstaktische Strategien entwickeln und in wettkampfgerechten Spielsituationen am Beispiel Basketball anwenden.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Basketball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperatives Gestalten von Spielgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Wie bringe ich meinen Gegner ins Schwitzen? – Erarbeiten und Anwenden individualtaktischer Maßnahmen zur Verbesserung des Badmintonspiels.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden
- Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Inhaltsfeld:

e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: „Es war einmal...„Tanztheater erfahren – Geschichten anhand von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder –Themen tänzerisch darstellen und umsetzen.

BF/SB: 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Pantomime etc.) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien allein oder in der Gruppe präsentieren
- Die SuS können ausgehend von selbst gewählten/vorgegebenen Gestaltungsanlässen/ -themen untersch. Bewegungs- & Darstellungsmöglichkeiten u.B. spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen

Inhaltsfeld:

b - Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Improvisation & Gestaltung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neugestalten) unterscheiden.
- Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 18 – 20 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Basketballspezifisches Aufwärmen, Dehnen und Kräftigungsübungen zur Verletzungsprophylaxe.

BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Basketball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.
- Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethode(n) (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden.

Inhaltsfeld:

f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 8 – 10 Std.

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: Spielstrategien im Doppel erarbeiten und in einer selbst entwickelten Turnierform anwenden und reflektieren.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden
- Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Inhaltsfeld:

e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- MK: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Ich erweitere mein Tanzspektrum! – Selbstgesteuertes Kennen lernen, Ausprobieren und Vermitteln unterschiedlicher stilgebundener Tänze.

BF/SB: 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

Tanz

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Inhaltsfelder:

b – Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neugestalten) unterscheiden.
- Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 20 – 22 Std.

Teil VI: Qualifikationsphase im Leistungskurs

Darstellung des Kursprofils und Übersicht der Unterrichtsvorhaben:

Bewegungsfelder/Sportbereiche
Akzentuierung von 2 BF/SB
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (UV: 1,2,3,6,7,9,10,13,14,15)
und
BF/SB 7: Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (UV: 2,5,8,11,15,16,17,20)
mit den (ausgewählten) verbindlichen Kompetenzerwartungen (BWK)
BF/SB 3: <u>Inhaltliche Kerne:</u> Ist das Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik“ in der Qualifikationsphase Profil bildend, sind die ersten beiden inhaltlichen Kerne sowie ein weiterer inhaltlicher Kern verbindlich: <ul style="list-style-type: none">- leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u> Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none">- Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren,- einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Lauf- (einschließlich einer Ausdauerleistung von mindestens 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen,- Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA bis 45 Minuten),- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

BF/SB 7:Inhaltliche Kerne:

Ist das Bewegungsfeld „Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele“ in der Qualifikationsphase Profil bildend, ist **einer der ersten beiden inhaltlichen Kerne vertieft sowie ein weiterer** inhaltlicher Kern ergänzend verbindlich zu behandeln.

- **Mannschaftsspiele** (Fußball)
- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indiacas, Korfball, Prellball, Rugby, Schlagball)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- **in dem gewählten Mannschaftsspiel komplexe Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden,**
- **in dem gewählten Mannschaftsspiel komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfverhalten bewältigen,**
- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Inhaltsfelder (IF)**alle IF vertieft**

mit **allen** inhaltlichen Schwerpunkten (SK,MK,UK)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen in der Übersicht (28 Kompetenzerwartungen gesamt)

	SK1	SK2	SK3	MK1	MK2	UK1	UK2
a. Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (UV 6)	grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben, (UV 6,9)	Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern. (UV 6,7)	Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden. (UV 7,9)		unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen (UV 6)	
b. Bewegungsgestaltung	Ausführungs- und Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (UV 12,19)			verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten). (UV 10)		Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (UV 12,19)	
c. Wagnis und Verantwortung	Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) theoriegeleitet erläutern, (UV 18)	unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern. (UV 19)		mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und differenziert anwenden. (UV 18)		unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen sportlichen Handelns und des Handelns anderer theoriegeleitet beurteilen. (UV 19)	

Inhaltsfelder	SK1	SK2	SK3	MK1	MK2	UK1	UK2
d.	Trainingspläne physiologische Anpassungsprozesse unter Leistungsfähigkeit unterschiedlichen Portfolios). Fähigkeiten, standardisierter motorische Tests) bewerten. erläutern, (UV 2)	individuellen unter unterschiedlichen bewegungsfeldspez Zielsetzungen in	die Entwicklung der individualisierte Trainingspläne und die erläutern. (UV 3,13,20) (Trainingstagebuch, dem Hintergrund und differenzierter Druckbedingungen) in entwerfen.	Anforderungssituationen im Sport auf Leistungsfähigkeit dokumentieren. (UV 5,9) Kriterien	die Berücksichtigung der Faktoren (u.a. anderer differenzierter Testverfahren (u.a. geleitet ihrer	eigene Leistung se durch Training leistungsbegrenzen anderer auch vor Belastungsgrößen native Zielsetzungen hin beurteilen, (UV 4,15)	unter (UV 3)
e.	die Bedeutung von Erklärungsansätze und Spielvermittlungsm	ausgewählte individual- und mannschafts- euzifische Achtung und	gruppen- und mann- euzifische Achtung und	gegenseitige Kooperation und Regeln für das Vermeidung von oder	Faktoren, Rollen zur Entstehung taktische Strategien		
	Wettkampfregeln Rücksichtnahme Verhalten Sporttreiben (UV 5)	Konkurrenz Gelingen von aggressivem und Ambivalenz von (UV 17)	Gelingen von aggressivem und Ambivalenz von erläutern. (UV 2, 8, 11)	erfolgreiches erläutern und bei sowie die Fairness- und Wettkämpfen (UV 5)	anwenden. (UV 5)	und bei sowie die Spielsituationen fairem Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlung- und Wettkampfsituationen beurteilen. (UV 16, 17)	
f. Gesundheit	gesundheitsfördern de das eigene Fitness und anderer mit Hilfe Erklärungsmodellen (UV 4,14,16)	gesundheitliche Programme im eigene ende Faktoren (u.a. bezogen auf körperlichen Leistungsfähigkeit durchführen. (UV 1, 14,16)	Übungen und negative Einflüsse auf die körperliche das Wohlbefinden erläutern. (UV 14)	positive und Sporttreiben sportliche Handeln von differenziert beurteilen. (UV 14)	und Hinblick auf die auf Leistungsfähigkeit beurteilen. (UV 4,16)		
88							87

Übersicht chronologisch

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 1.1 <input type="checkbox"/> 20 Wochen = 100 Std.	UV 1	Ausdauerndes Laufen unter unterschiedlichen Sinngemebungen durchführen und bewerten sowie grundlegende anatomische und physiologischen Aspekte menschlicher Bewegung (Herz-Kreislaufsystem, Gasaustausch und –Transport) kennen lernen. ca. 12-15 Stunden
	UV 2	„ Technikschulung “ – Ausgewählte fußballspezifische Techniken unter Berücksichtigung von Anpassungserscheinungen im Hinblick auf die Abiturprüfung durch geschulte koordinative Fähigkeiten optimieren. ca. 12-15 Stunden
	UV 3	„ Trainingsmethoden “ - Die Gestaltung und Wirkung von Trainingsprozessen am Beispiel des Ausdauertrainings mehrperspektivisch erörtern können unter Berücksichtigung von Verfahren der Leistungsdiagnostik (Conconi-Test). ca. 12-15 Stunden
	UV 4	„ Kraft steigern “ - Am Beispiel des Kugelstoßens / biologische Anpassungsvorgänge und Methoden im Krafttraining unter Berücksichtigung von Prinzipien, Methoden und Formen im Hinblick auf die Steigerung der eigenen Leistungsfähigkeit erläutern und durchführen. ca. 12-15 Stunden
	UV 5	Variationen des Sportspiels Fußball (Fußballtennis) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können. ca. 12-15 Stunden
	Freiraum	ca. 25 Stunden
Q 1.2 <input type="checkbox"/> 20 Wochen = 100 Std.	UV 6	„ Hochspringen “ – Biomechanische Prinzipien beim Optimieren und Üben im Hochsprung zur Verbesserung der eigenen Leistung in einem (alternativen) Hochsprungwettkampf nutzen und erläutern ca. 8-12 Stunden
	UV 7	„ Fehler erkennen und daraus Lernen “ - Wichtige Aspekte des Bewegungssehens auf der Basis von Bewegungsanalysen am Beispiel komplexer Techniken der Leichtathletik einüben und anwenden können, um sie zur gegenseitigen Korrektur zu nutzen. ca. 8-12 Stunden
	UV 8	Spielvermittlungsmodelle – Unterschiedliche Spielvermittlungsmodelle zur Erweiterung der technisch-
		koordinativen Fertigkeiten sowie der taktischen Fähigkeiten am Beispiel Tischtennis in Bewegungsabläufen kennen und anwenden und so in komplexen Spielsituationen besser agieren und reagieren können. ca. 8-12 Stunden

	UV 9	„Weitsprung und Sprint“ - Unterschiedliche Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen in den Disziplinen Weitsprung und (Kurz-)Sprint anwenden und erörtern. ca. 10 – 12 Stunden
	UV 10	Werfen – Diskus und Speerwurf regelgerecht durchführen und anhand eines Vergleiches der beiden Disziplinen Grundsätze der Koordination und der Biomechanik erörtern ca. 10 - 12 Stunden
	UV 11	Fußball - Taktik - Unter besonderer Berücksichtigung individueller Leistungsunterschiede im Fußball das Organisieren und notwendige Gelingens Kriterien definieren ca. 12 - 15 Stunden
	UV 12	Bewegungsgestalten im Wasser ca. 12 - 15 Stunden
	UV 13	Leistungsbestimmung - Einen leichtathletischen Dreikampf (incl. einer Ausdauerleistung) selbstständig organisieren und durchführen, um den eigenen Leistungsstand einzuschätzen. ca. 6 Stunden
	Freiraum	ca. 18 - 32 Stunden
Q 2.1	UV 14	Sport und Gesundheit / Fitness ca. 15 - 20 Stunden
<input type="checkbox"/> 16 Wochen = 80 Std.	UV 15	Training für die Abiturprüfung - Die individuelle Leistungsfähigkeit selbstständig in den abiturrelevanten Bewegungsfeldern / Sportbereichen unter Berücksichtigung von phasierten Bewegungsbeschreibungen sowie biomechanischer Analysen - verbessern (im Rahmen der Intensivwoche). ca. 10 – 12 Stunden
	UV 16	Fußball – Analyse der sportartspezifischen Leistungsparameter unter Berücksichtigung manipulativer Möglichkeiten. ca. 10 – 15 Stunden
	UV 17	Aggression und Fairness im Sport - aggressives Verhalten anhand unterschiedlicher Sportspielsituationen erkennen, reflektieren, Entstehungszusammenhänge verdeutlichen und erklären. ca. 12 - 15 Stunden
	Freiraum	ca. 18 - 33 Stunden
Q 2.2	UV 18	Skifahren – Erlebnishorizont erweitern, neue Bewegungserfahrungen sammeln und sich Herausforderungen stellen. 30 Stunden
<input type="checkbox"/> 11 Wochen = 55 Std.	UV 19	Motive und Motivation – Motive im Sport und Grundlagen der Leistungsmotivation im Spannungsfeld von Motivation und Motiven vor dem Hintergrund der eigenen Sportbiografie erörtern. ca. 12 - 15 Stunden
	UV 20	Fußball - Modernes Verteidigen
	Freiraum	ca. 10 - 16 Stunden
Letzter Schultag:		

Übersicht Q1.1 LK

Unterrichtsvorhaben I

Thema: Ausdauerndes Laufen unter unterschiedlichen Sinngemebungen durchföhren und bewerten sowie grundlegende anatomische und physiologische Aspekte menschlicher Bewegung (Herz-Kreislaufsystem, Gasaustausch und – Transport) kennen lernen.

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA bis 45 Minuten)

Inhaltsfeld:

Gesundheit (f)

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Zielgerichtetes Training der sportartspezifischen aeroben/anaeroben Ausdauer

Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (f) Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern. (SK)

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben II

„**Technikschulung**“ – Ausgewählte fußballspezifische Techniken unter Berücksichtigung von Anpassungserscheinungen im Hinblick auf die Abiturprüfung durch geschulte koordinative Fähigkeiten optimieren.

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Entscheidungs- und Handlungsmuster inkl. der hierzu erforderlichen technischen-koord. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden.

Inhaltsfeld:

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

Inhaltlicher Schwerpunkt: Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)

Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit

- Koordinative Fähigkeiten (nach Hirtz)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter bewegungsfeldspezifischer Zielsetzungen in ihrer Funktion erläutern. (SK)

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. (MK)

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben III

„**Trainingsmethoden**“ - Die Gestaltung und Wirkung von Trainingsprozessen am Beispiel des **Ausdauertrainings** mehrperspektivisch erörtern können unter Berücksichtigung von Verfahren der Leistungsdiagnostik (Conconi-Test).

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA bis 45 Minuten).

Inhaltsfeld:

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Inhaltliche Schwerpunkte:

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Leistung - Verfahren zur Leistungsdiagnostik (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

(d): Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. (SK)

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio).(MK)

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die eigene Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit anderer auch vor dem Hintergrund standardisierter Testverfahren (u.a. motorische Tests) Kriterien geleitet bewerten. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben IV

Thema: „Kraft steigern“ - Am Beispiel des Kugelstoßens / biologische Anpassungsvorgänge und Methoden im Krafttraining unter Berücksichtigung von Prinzipien, Methoden und Formen im Hinblick auf die Steigerung der eigenen Leistungsfähigkeit erläutern und durchführen.

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Kraftsteigerung.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren **Inhaltsfeld:**

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

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (u.a. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern. (SK)

(d): Die Schülerinnen und Schüler können individualisierte Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. (MK)

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln anderer mit Hilfe von Erklärungsmodellen beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben V

Thema: Variationen des Sportspiels Fußball (Fußballtennis) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können.

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football).

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

Inhaltsfeld:

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

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

- Variation von Spiel- und Übungsformen unter Akzentuierung unterschiedlicher Informations-/Gleichgewichtsanforderungen unter Druckbedingungen (Anknüpfung KAR-Modell)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (e) Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. (SK)
- (e) Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden. (MK)
- (d) Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben VI

„**Hochspringen**“ – Biomechanische Prinzipien beim Optimieren und Üben im Hochsprung zur Verbesserung der eigenen Leistung in einem (alternativen) Hochsprungwettkampf nutzen und erläutern.

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren.

Inhaltsfeld: Leistung:

Trainingsplanung und -organisation d)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- (a) Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben. (SK)
- (a) Die Schülerinnen und Schüler können Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern. (SK)
- (a) Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben. (SK)
- (a) Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 8-12 Std.

Unterrichtsvorhaben VII

Thema: „Fehler erkennen und daraus Lernen“ - Wichtige Aspekte des Bewegungssehens auf der Basis von Bewegungsanalysen am Beispiel komplexer Techniken der Leichtathletik einüben und anwenden können, um sie zur gegenseitigen Korrektur zu nutzen.

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik Inhaltlicher

Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren.

Inhaltsfeld: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (a) Die Schülerinnen und Schüler können Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern. (SK)
- (a) Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden. (MK)

Zeitbedarf: ca. 8 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII

Thema: Spielvermittlungsmodelle – Unterschiedliche Spielvermittlungsmodelle zur Erweiterung der technisch-koordinativen Fertigkeiten sowie der taktischen Fähigkeiten am Beispiel Tischtennis in Bewegungsabläufen kennen und anwenden und so in komplexen Spielsituationen besser agieren und reagieren können.

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

□ Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfverhalten bewältigen

Inhaltsfeld:

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

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperation und Konkurrenz - Spielvermittlungsmodelle (e)

Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (e) Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Spielvermittlungsmodelle vergleichen. (SK)
- (e) Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. (MK)

Zeitbedarf: ca. 8 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben IX

„**Weitsprung und Sprint**“ - Unterschiedliche Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen in den Disziplinen Weitsprung und (Kurz-)Sprint anwenden und erörtern.

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren.

Inhaltsfeld:

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und Verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- (a) Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben. (SK)
- (a) Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden. (MK)
- (d) Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen. (UK).

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben X

Thema:

Werfen – Diskus und Speerwurf regelgerecht durchführen und anhand eines Vergleiches der beiden Disziplinen Grundsätze der Koordination und der Biomechanik erörtern.

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

Improvisation und Variation von Bewegung

- Variation von Bewegungen unterschiedlicher Akzentuierung unterschiedlicher Informations-/Gleichgewichtsanforderungen (KAR-Modell).

Inhaltsfeld:

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)
- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

(b) Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden (nachgestalten, umgestalten, neugestalten (MK)).

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben XI

Thema: Fußball - Taktik - Unter besonderer Berücksichtigung individueller Leistungsunterschiede im Fußball das Organisieren und notwendige Gelingens Kriterien definieren.

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfverhalten bewältigen.

Inhaltsfeld:

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

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Kooperation und Konkurrenz - Spielvermittlungsmodelle (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. (MK)

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben XII

Thema: Bewegungsgestalten im Wasser

BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung von mindestens zwei Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren.

Inhaltsfeld:

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (b) Die Schülerinnen und Schüler können Ausführungs- und Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK)
- (b) Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Stunden

Unterrichtsvorhaben XIII

Thema: Leistungsbestimmung - Einen leichtathletischen Dreikampf (incl. einer Ausdauerleistung) selbstständig organisieren und durchführen, um den eigenen Leistungsstand einzuschätzen.

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (inkl. 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

Inhaltsfeld:

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Inhaltliche Schwerpunkte:

Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

(d) Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. (SK)

(d) Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio). MK)

Zeitbedarf: ca. 6 Std.

Übersicht Q2.1 LK

Unterrichtsvorhaben XIV

Thema: Sport und Gesundheit / Fitness

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

Formen der Fitnessgymnastik

Funktionelle Dehnübungen / Dehnungsmethoden

Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen (muskuläre Balancen und gesunder Körperhaltung)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Gesundheitskonzepte unter dem Aspekt des sportlichen Handelns

Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielsetzungen (Kraft/Ausdauer/Beweglichkeit/Koordination)

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

Unterschiedliche Dehnmethoden

Funktionsgerechtes Bewegen

Entspannungsprogramme

Inhaltsfeld:

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Zielgerichtetes Training der sportartspezifischen aeroben/anaeroben Ausdauer

Gesundheit - Gesundheitskonzepte unter dem Aspekt des sportlichen Handelns (f)

Sportarten und sportliche Verhaltensmuster im Hinblick auf gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (Salutogenese- u. Risikofaktorenmodell)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

(f) Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (u.a. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern. (SK)

(f) Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern. (SK)

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

Zeitbedarf: ca. 15-20 Std.

Unterrichtsvorhaben XV

Thema: Training für die Abiturprüfung - Die individuelle Leistungsfähigkeit selbstständig in den abiturrelevanten Bewegungsfeldern / Sportbereichen unter Berücksichtigung von phasierten Bewegungsbeschreibungen sowie biomechanischer Analysen - verbessern (im Rahmen der Intensivwoche).

BF/SB 3 : Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen

Inhaltlicher Kern:

- Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/ Stoß;
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)
- Sportschwimmen: Schwimmmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Lauf- (einschließlich einer Ausdauerleistung von mindestens 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

Die Schülerinnen und Schüler können Schwimmmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende wettkampfgerecht ausführen.

Inhaltsfeld: Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Inhaltliche Schwerpunkte:

Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- (d) Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio). (MK)
- (d) Die Schülerinnen und Schüler können individualisierte Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. (MK)

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben XVI

Thema: Fußball – Analyse der sportartspezifischen Leistungsparameter unter Berücksichtigung manipulativer Möglichkeiten.

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Analyse der sportartspezifischen Leistungsparameter unter Berücksichtigung manipulativer Möglichkeiten.

Inhaltsfeld:

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

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperation und Konkurrenz - Formen der Steuerung und Manipulation im Sport (e)
Gesundheit - Wirkung und Risiken unphysiologischer Maßnahmen zur Leistungssteigerung im Leistungs- und Freizeitsport (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (f) gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (u.a. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern. (SK)
- (f) gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern. (SK)
- (e) Die Schülerinnen und Schüler können gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen. (UK)
- (f) Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln anderer mit Hilfe von Erklärungsmodellen beurteilen. (UK) **Zeitbedarf:** ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben XVII

Thema: Aggression und Fairness im Sport -

aggressives Verhalten anhand unterschiedlicher Sportspielsituationen erkennen, reflektieren, Entstehungszusammenhänge verdeutlichen und erklären.

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indiaca, Korbball, Prellball, Rugby, Schlagball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.

Inhaltsfeld:

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

Inhaltliche Schwerpunkte:

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (e): Die Schülerinnen und Schüler können Erklärungsansätze zur Entstehung und Vermeidung von aggressivem und fairem Verhalten erläutern. (SK)
- (e) Die Schülerinnen und Schüler können gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen. (UK) **Zeitbedarf:** ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben XVIII

Thema: Skifahren – Erlebnishorizont erweitern, neue Bewegungserfahrungen sammeln und sich Herausforderungen stellen.

BF/SB 3: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport

Inhaltliche Kerne:

Gleiten auf Eis und Schnee (z.B. Skifahren und Skilaufen, Snowboardfahren, Eislaufen und Eisschnelllauf)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können die Techniken der ausgeübten Gleit-, Fahr- oder Rollsportart sicher ausführen und sie in unterschiedlichen Situationen (u.a. Gelände, Witterungsbedingungen) adäquat einsetzen.

Inhaltsfeld:

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

Inhaltlicher Schwerpunkt:

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- (c) Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) theoriegeleitet erläutern. (SK)
- (c) Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und differenziert anwenden. (MK)

Zeitbedarf: ca. 30 Std.

Unterrichtsvorhaben XIX

Thema:

Motive und Motivation – Motive im Sport und Grundlagen der Leistungsmotivation im Spannungsfeld von Motivation und Motiven vor dem Hintergrund der eigenen Sportbiografie erörtern.

BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Tanz

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung von mindestens zwei Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren.

Inhaltsfeld:

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

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

Inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)

Wagnis und Verantwortung - Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns (c)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (b) Die Schülerinnen und Schüler können Ausführungs- und Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK)
- (c) Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern. (SK)

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

• (c) Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen sportlichen Handelns und des Handelns anderer theoriegeleitet beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben XX

Thema: Fußball – Modernes Verteidigen

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfverhalten bewältigen.

Inhaltsfeld:

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Inhaltliche Schwerpunkte:

Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

(d) Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. (SK)

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Teil VII: Leistung und ihre Bewertung – Grundsätze (SEK II G8)

Die Leistungsbewertung ist Grundlage für die Förderung der Schüler, für die Beratung der Schüler und die Beratung der Erziehungsberechtigten. Dabei sollen die Schüler und Erziehungsberechtigten, über den im Unterricht erreichten, Könnensstand und Lernfortschritt informiert werden.

Es sind bei der Leistungsbewertung folgende Grundsätze zu beachten:

- Bewertung bezogen auf die Vielfalt der Leistungsdimension (Berücksichtigung von motorischen, kognitiven, emotionalen und sozialen Kompetenzen)
- Bewertung vor dem Hintergrund der individuellen Möglichkeiten (Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen und Entwicklungen der Schüler)
- Transparenz und Angemessenheit von Bewertung (Offenlegung der Bewertungskriterien gegenüber den Schülerinnen und Schülern)

Im Sport erleben die Schüler meist eine unmittelbare Rückmeldung über ihr Leistungsergebnis. Da Leistungen im Sport zum einen das Selbstbewusstsein fördern zum anderen aber auch das Selbstwertgefühl beeinträchtigen können, muss bei der Gestaltung von Leistungssituationen sensibel und verantwortungsvoll vorgegangen werden. Daher ist es wichtig, den individuellen Lernfortschritt vor den Vergleich mit anderen zu stellen.

Allgemeine Bereiche der Leistungsbewertung

Bei jedem Unterrichtsvorhaben können folgende Aspekte in die Leistungsbewertung einfließen.

Motorische Fähigkeiten und Wissen

1. Individuelle sportmotorische Lern- und Leistungsfortschritte bzgl. Kondition (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit), Koordination, Bewegungsqualität und Spielfähigkeit
2. Körper- und sportbezogenes Wissen
3. Sozialverhalten
 - Kooperationsfähigkeit und Hilfsbereitschaft
 - Konfliktverhalten
 - Umgang mit Regeln
 - Fairness
4. Arbeitsverhalten
 - Lern- und Leistungsbereitschaft; Anstrengungsbereitschaft
 - Zuverlässigkeit
 - Selbstständigkeit

Leistungsbewertung unter Berücksichtigung der pädagogischen Perspektiven

Die im Unterricht durchgeführten Unterrichtsvorhaben basieren in der Regel auf der Umsetzung von pädagogischen Perspektiven. Im Folgenden werden beobachtbare und damit auch bewertbare Verhaltensweisen unter Berücksichtigung der einzelnen pädagogischen Perspektiven angeführt.

- Unter allen pädagogischen Perspektiven beobachtbare Verhaltensweisen
1. Bewegungskönnen zeigen
 2. Sich auf Unterrichtssituationen einlassen
 3. Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringen
 4. Erfahrungen, Kenntnisse und Einsichten strukturiert wiedergeben
 5. Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern

Unter der **Pädagogischen Perspektive A** (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern) beobachtbare Verhaltensweisen

- Unter dieser Perspektive lassen sich nur begrenzt Verhaltensweisen beobachten, die bewertet werden können. Da diese Perspektive jedoch in enger Verknüpfung zu den anderen Pädagogischen Perspektiven steht, lassen sich einige Lernerfolge unter der Perspektive A auch in Verhaltensweisen unter den anderen Perspektiven sichtbar werden.

Unter der **pädagogischen Perspektive B** (sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten) beobachtbare Verhaltensweisen

- Originalität und Vielfalt von Ideen beim Variieren und Gestalten von Bewegungen zeigen
- Handlungsentwürfe unter Anwendung von Gestaltungskriterien in Bewegung umsetzen
- Differenzierte Ausdrucksmöglichkeiten zeigen
- Bewegungsgestaltungen anderer deuten und bewerten

Unter der **pädagogischen Perspektive C** (etwas wagen und verantworten) beobachtbare Verhaltensweisen

- Sich auf herausfordernde Bewegungsaufgaben einlassen
- Umgang mit herausfordernden Bewegungsaufgaben
- Einschätzen des eigenen Könnens

Unter der **pädagogischen Perspektive D** (das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen) beobachtbare Verhaltensweisen

- Fehler erkennen und korrigieren
- Konditionelle Leistungsfähigkeit nachweisen
- Taktische Fähigkeiten nachweisen
- In Leistungssituationen Einsatz zeigen
- Beharrlich auf ein Ziel (Übungs-, Trainingsziel) hinarbeiten
- Leistungsmaßstäbe kennen, anwenden und reflektieren

Unter der **pädagogischen Perspektive E** (kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen) beobachtbare Verhaltensweisen

- Absprache mit anderen treffen sowie organisatorisch und motorisch umsetzen
- Spiel- bzw. Wettkampfleitung übernehmen
- Regelkenntnisse nachweisen und Vereinbarungen einhalten
- Fair handeln – über das bloße Einhalten von Regeln hinaus

Unter der **pädagogischen Perspektive F** (Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln) beobachtbare Verhaltensweisen

- Bewegungen funktionsgerecht ausführen
- Maßnahmen zur individuellen Förderung der Fitness kennen und durchführen

- Kenntnisse zu einer gesundheitsgerechten Lebensführung nachweisen
- Gesundheitliche Risiken kennen und gesundheitsgerecht handeln

Formen der Leistungsbewertung

Die unter 3. genannten Verhaltensweisen können sowohl punktuell als auch unterrichtsbegleitend erfasst werden.

Punktuelle Leistungsbewertungen

1. Demonstrationen (Spielbeobachtung, Techniküberprüfung; Präsentation einer Gruppenarbeit,...)
2. Motorische Test
3. Beiträge zur Unterrichtsgestaltung (Aufwärmprogramme, Übernahme von Unterrichtsteilen, ...)
4. Sportabzeichen, Bundesjugendspiele, Teilnahme an Stadtmeisterschaften

Unterrichtsbegleitende Leistungsbewertungen

1. Qualität und Umfang der motorischen und kognitiven Leistungen
2. Individueller Lernfortschritt bei der motorischen Leistung
3. Engagement / Arbeitsbereitschaft im Sportunterricht
4. Sozialer Umgang mit sich und den Mitschülern
5. Beiträge bei Unterrichtsgesprächen
6. Hausaufgaben

Teil VIII: Leistung und ihre Bewertung (G9)

Grundsätze

Die Leistungsbewertung ist Grundlage für die Förderung der Schüler, für die Beratung der Schüler und die Beratung der Erziehungsberechtigten. Dabei sollen die Schüler und Erziehungsberechtigten, über den im Unterricht erreichten, Könnensstand und Lernfortschritt informiert werden.

Es sind bei der Leistungsbewertung folgende Grundsätze zu beachten:

- Bewertung bezogen auf die Vielfalt der Leistungsdimension (Berücksichtigung von motorischen, kognitiven, emotionalen und sozialen Kompetenzen)
- Bewertung vor dem Hintergrund der individuellen Möglichkeiten (Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen und Entwicklungen der Schüler)
- Transparenz und Angemessenheit von Bewertung (Offenlegung der Bewertungskriterien gegenüber dem Schüler)

Im Sport erleben die Schüler meist eine unmittelbare Rückmeldung über ihr Leistungsergebnis. Da Leistungen im Sport zum einen das Selbstbewusstsein fördern zum anderen aber auch das Selbstwertgefühl beeinträchtigen können, muss bei der Gestaltung von Leistungssituationen sensibel und verantwortungsvoll vorgegangen werden. Daher ist es wichtig, den individuellen Lernfortschritt vor den Vergleich mit Anderen zu stellen.

Allgemeine Bereiche der Leistungsbewertung

Bei jedem Unterrichtsvorhaben können folgende Aspekte in die Leistungsbewertung einfließen.

Motorische Fähigkeiten und Wissen

- Individuelle sportmotorische Lern- und Leistungsfortschritte bzgl. Kondition (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit), Koordination, Bewegungsqualität und Spielfähigkeit
- Körper- und sportbezogenes Wissen

Sozialverhalten

- Kooperationsfähigkeit und Hilfsbereitschaft
- Konfliktverhalten
- Umgang mit Regeln Fairness

Arbeitsverhalten

- Lern- und Leistungsbereitschaft; Anstrengungsbereitschaft
- Zuverlässigkeit
- Selbstständigkeit

Leistungsbewertung unter Berücksichtigung der pädagogischen Perspektiven

Die im Unterricht durchgeführten Unterrichtsvorhaben basieren in der Regel auf der Umsetzung von pädagogischen Perspektiven. Im Folgenden werden beobachtbare und damit auch bewertbare Verhaltensweisen unter Berücksichtigung der einzelnen pädagogischen Perspektiven angeführt.

Unter allen pädagogischen Perspektiven beobachtbare Verhaltensweisen:

- Bewegungskönnen zeigen
- Sich auf Unterrichtssituationen einlassen
- Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringen
- Erfahrungen, Kenntnisse und Einsichten strukturiert wiedergeben
- Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern

Unter der Pädagogischen Perspektive A (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern) beobachtbare Verhaltensweisen

Unter dieser Perspektive lassen sich nur begrenzt Verhaltensweisen beobachten, die bewertet werden können. Da diese Perspektive jedoch in enger Verknüpfung zu den anderen Pädagogischen Perspektiven steht, lassen sich einige Lernerfolge unter der Perspektive A auch in Verhaltensweisen unter den anderen Perspektiven sichtbar werden.

- Originalität und Vielfalt von Ideen beim Variieren und Gestalten von Bewegungen zeigen
- Handlungsentwürfe unter Anwendung von Gestaltungskriterien in Bewegung umsetzen
- Differenzierte Ausdrucksmöglichkeiten zeigen
- Bewegungsgestaltungen anderer deuten und bewerten

Unter der pädagogischen Perspektive B (sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten) beobachtbare Verhaltensweisen

- Sich auf herausfordernde Bewegungsaufgaben einlassen
- Umgang mit herausfordernden Bewegungsaufgaben
- Einschätzen des eigenen Könnens

Unter der pädagogischen Perspektive C (etwas wagen und verantworten) beobachtbare Verhaltensweisen

- Fehler erkennen und korrigieren
- Konditionelle Leistungsfähigkeit nachweisen
- Taktische Fähigkeiten nachweisen
- In Leistungssituationen Einsatz zeigen
- Beharrlich auf ein Ziel (Übungs-, Trainingsziel) hinarbeiten
- Leistungsmaßstäbe kennen, anwenden und reflektieren

Unter der pädagogischen Perspektive D (das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen) beobachtbare Verhaltensweisen

- Absprache mit anderen treffen sowie organisatorisch und motorisch umsetzen
- Spiel- bzw. Wettkampfleitung übernehmen
- Regelkenntnisse nachweisen und Vereinbarungen einhalten
- Fair handeln – über das bloße Einhalten von Regeln hinaus

Unter der pädagogischen Perspektive E (kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen) beobachtbare Verhaltensweisen

- Bewegungen funktionsgerecht ausführen
- Maßnahmen zur individuellen Förderung der Fitness kennen und durchführen
- Kenntnisse zu einer gesundheitsgerechten Lebensführung nachweisen
- Gesundheitliche Risiken kennen und gesundheitsgerecht handeln

Unter der pädagogischen Perspektive F (Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln) beobachtbare Verhaltensweisen

Formen der Leistungsbewertung

Die Verhaltensweisen können sowohl punktuell als auch unterrichtsbegleitend erfasst werden.

Punktuelle Leistungsbewertungen

- Demonstrationen (Spielbeobachtung, Techniküberprüfung; Präsentation einer Gruppenarbeit, ...)
- Motorische Tests
- Beiträge zur Unterrichtsgestaltung (Aufwärmprogramme, Übernahme von Unterrichtsteilen, ...)
- Sportabzeichen, Bundesjugendspiele, Teilnahme an Stadtmeisterschaften

Unterrichtsbegleitende Leistungsbewertungen

- Qualität und Umfang der motorischen und kognitiven Leistungen
- Individueller Lernfortschritt bei der motorischen Leistung
- Engagement / Arbeitsbereitschaft im Sportunterricht
- Sozialer Umgang mit sich und den Mitschülern
- Beiträge bei Unterrichtsgesprächen
- Hausaufgaben

Teil IX: Leistungsbewertung im Distanzunterricht

Leistungsbewertungen im Distanzunterricht (**EPS; Mittelstufe; Oberstufe Grundkurse**)

mündlich	Präsentationen von theoretischen Arbeitsergebnissen via: <ul style="list-style-type: none"> • Telefonate • Audiofiles / Sprachnachrichten • Erklärvideos • Videosequenzen • Videokonferenzen
praktisch	Präsentation von praktischen Arbeitsergebnissen via: <ul style="list-style-type: none"> • Erklärvideos (z.B. Bewegungsanalysen, „How to?“) • Videosequenzen (z.B. Bewegungsausführungen im Kugelstoßen) • Fitness tracker via Smartphone/ Tablet / Smart watch o. Ä. • Anfertigung und Durchführung von Lauftagebüchern • Dokumentation und Darstellung individueller Leistungsdaten • Erstellung und Dokumentation von Trainingsplänen
schriftlich	<ul style="list-style-type: none"> • Anfertigung von themenspezifischen Portfolios (z.B. in der Leichtathletik – Ausdauer) • Bearbeitung von Aufgabenstellungen (z.B. Zusammenfassung von Kernaussagen, ...) • Bearbeitung von Arbeitsblättern • Rechercheraufgaben • Digitale Leistungsüberprüfungen (z.B. MC- Tests, ...) • Schriftliche und graphische Zusammenfassungen / Darstellungen komplexer Themeninhalte (z.B. Concept Maps zum Ende einer Unterrichtsreihe)

Leistungsbewertungen im Distanzunterricht (WPII-Kurs Sport/ Gesundheit; Oberstufe Leistungskurse)

mündlich	Präsentationen von theoretischen Arbeitsergebnissen via: <ul style="list-style-type: none"> • Telefonate • Audiofiles / Sprachnachrichten • Erklärvideos • Videosequenzen • Videokonferenzen
----------	---

praktisch	Präsentation von praktischen Arbeitsergebnissen via: <ul style="list-style-type: none"> • Erklärvideos (z.B. Bewegungsanalysen) • Videosequenzen (...) • Bewegungsgestaltungen in Form von Videos (z.B. Einzel-, Partner- und Gruppenchoreografien) • Fitness tracker via Smartphone/ Tablet / Smart watch etc. • Sportliche Leistungen analog und/oder digital erfassen und anhand von grafischen Darstellungen und/ oder Programmen dokumentieren • Erstellung und Dokumentation von Trainingsplänen • Anfertigung und Durchführung von Laftagebüchern • Planung und Erstellung von Trainingseinheiten (z.B. im Fußball) • Anfertigung von mannschafts- und individual taktischen Analysen in sportlichen Handlungssituationen (z.B. Spielzüge, Spielsituationen und Aufstellungsformen)
schriftlich	<ul style="list-style-type: none"> • Anfertigung von themenspezifischen Portfolios (z.B. in der Leichtathletik – Ausdauer) • Bearbeitung von Aufgabenstellungen (z.B. Zusammenfassung von Kernaussagen, ...) • Bearbeitung von Arbeitsblättern • Recheraufgaben • Digitale Leistungsüberprüfungen (z.B. MC- Tests, ...) • Schriftliche und graphische Zusammenfassungen / Darstellungen komplexer Themeninhalte (z.B. Concept Maps zum Ende einer Unterrichtsreihe)