

Schulinternes Curriculum für das Fach Sport
Gymnasium Essen Überraehr – Sekundarstufe I

Vorwort

Das schulinterne Curriculum des Gymnasiums Essen-Überruhr konkretisiert die Vorgaben des Kernlehrplans Sport für das Gymnasium – Sekundarstufe I – in Nordrhein-Westfalen.

Ziel dieses schulinternen Lehrplans ist die Sicherung des Kompetenzerwerbs in den beiden Kompetenzstufen (Jahrgangsstufen 5 und 6 / Jahrgangsstufen 7 bis 9).

Auf der Grundlage der sechs pädagogischen Perspektiven orientieren sich die Unterrichtsvorhaben an den obligatorischen Inhaltsfeldern und Bewegungsfeldern in Verbindung mit den Sportbereichen.

Neben der Obligatorik der Unterrichtsvorhaben bleiben bezüglich der zur Verfügung stehenden Unterrichtsstunden Freiräume zur flexiblen Nutzung innerhalb des gesamten Rahmens der curricularen Vorgaben.

Regelmäßige Evaluationen der unterrichtspraktischen Erfahrungen wird die Fachkonferenz Sport zu fortlaufender Optimierung ihres Hauslehrplans nutzen.

Grundsätze der Leistungsbewertung

Für die Leistungsbewertung im Fach Sport gelten die allgemeinen Bestimmungen des Schulgesetzes und des Kernlehrplanes des Schulministeriums. In der Sekundarstufe I erfolgt die Bewertung ausschließlich im Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen im Unterricht“. Die Bewertung umfasst im Laufe der Sekundarstufe I gemäß dem Hauscurriculum alle Bewegungsfelder und Sportbereiche in ausgewogenem Maße. Alle Leistungsdimensionen sollen in angemessener Weise berücksichtigt werden, wobei die Angemessenheit sich am Schwerpunkt des Unterrichtsvorhabens orientiert. Die zu beachtenden Bezüge werden durch die Fähigkeiten und Fertigkeiten sowie Handlungsstrategien und die im Unterricht erworbenen Kompetenzen charakterisiert:

Die zu bewertenden Leistungsdimensionen sind:

A) Kompetenzbereiche

Die umfassende Handlungskompetenz der Schülerinnen und Schüler wird im Rahmen des Sportunterrichtes mit Hilfe verschiedener Kompetenzbereiche strukturiert, wodurch gesichert wird, dass in allen sportlichen Anforderungsbereichen reflektierte, sinnvolle und situationsangemessene Handlungsalternativen vermittelt werden sollen. Gemäß dem Kernlehrplan gehen in die Leistungsbewertung ein¹:

„Das Einbringen von Leistungen im Bereich der Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz bezieht sich auf psycho-physische, technisch-koordinative, taktisch-kognitive sowie ästhetisch-gestalterische Fertigkeiten und Fähigkeiten. Darüber hinaus berücksichtigt dieser Kompetenzbereich aber auch das Einbringen systematischen, grundlegenden Wissens in den Bereichen Bewegung, Spiel und Sport. Von zentraler Bedeutung für die Realisierung des eigenen sportlichen Handelns und für sportliches Handeln im sozialen Kontext ist, über sporttheoretisches Hintergrundwissen sowie Fach- und Sachkenntnisse aus den unterschiedlichen Sinnggebungsbereichen des Sports zu verfügen und mit diesem Wissen situationsangemessen umgehen zu können.

Das Einbringen von Leistungen im Bereich der Methodenkompetenz bezieht sich auf methodisch-strategische wie auch sozial-kommunikative Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens allein und in der Gruppe. Einerseits sind grundlegende Verfahren, sportbezogene Informationen und relevantes Fachwissen zu beschaffen, aufzubereiten, zu strukturieren. Andererseits sind Verfahrenkenntnisse und Fähigkeiten, sich selbstständig strukturiert und systematisch mit Aufgaben aus den Bereichen sportlichen Handelns auseinander zu setzen und eigenverantwortlich angemessene Lösungswege sowie Handlungspläne zu entwerfen in die Leistungsbewertung einzubeziehen. Darüber hinaus sind Verfahren in die Leistungsbewertung im Sportunterricht einzubeziehen, die sporttypischen Handlungssituationen in der Gruppe angemessen zu berücksichtigen.

Das Einbringen von Leistungen im Bereich der Urteilskompetenz ist eng verknüpft mit Leistungen in allen Kompetenzbereichen. Es umfasst eine kritische Auseinandersetzung mit dem erarbeiteten fachlichen und methodischen

¹ Entnommen aus: Bezirksregierung Arnsberg: Beispiel für einen schulinternen Lehrplan zum Kernlehrplan für das Gymnasium – Sekundarstufe I. Sport.

Hintergrundwissen und der erlebten sportlichen Wirklichkeit, indem das selbstständige, auf Kriterien gestützte begründete Beurteilen im Mittelpunkt steht. Dies impliziert das Finden eines eigenen Urteils ebenso wie das verständigungsorientierte Abwägen und den verständnisvoll reflektierten Umgang mit anderen auch in der Sportpraxis. Urteilskompetenz zielt somit auf argumentativ schlüssiges Abwägen und Beurteilen, das sich sowohl auf sportpraktische Erfahrungen als auch auf fachliche und methodische Kenntnisse stützt. Darüber hinaus zielt das Reflektieren und Einordnen von Lernerfahrungen im Zusammenhang mit verschiedenen Sinnrichtungen und Motiven sportlichen Handelns auf den Sinn des eigenen Tuns ab. Andererseits bezieht sie aber auch die kritische Auseinandersetzung mit Bewegungs-, Spiel- und Sportkulturen ein.“

B) Individuelle motorische Fähigkeiten und Fertigkeiten

Die individuellen Fähigkeiten und Fertigkeiten sind am Erfolg operationalisierbar. Bewertungsgrundlage bilden hier gemessene Parameter wie Weiten, Zeiten etc. sowie Erfolge z.B. bei großen und kleinen Spielen. Hierbei soll allerdings der Bezug zu D) immer berücksichtigt werden.

In diesen Bereich gehen mit ein:

- Demonstrationen von Bewegungshandlungen technisch-koordinativer Art.
- Gemessene Leistungsparameter (Weiten, Zeiten, Gewichte, physiologische Tests etc.)
- Qualifikationsnachweise (z.B. Schwimmbabzeichen etc.)
- Ergebnisse von Wettkämpfen, die im Unterricht vorbereitet wurden (z.B. Bundesjugendspiele)

C) Kognitive Leistungen

Die kognitiven Leistungen erwachsen aus dem fundierten aus dem Unterricht hervorgehenden Wissen über sportliche Handlungskontexte und –hintergründe. Das fachbezogene Wissen erstreckt sich dabei sowohl auf biologische wie trainingsmethodische Grundlagen (z.B. Pulsmessung und Anpassungen des Körpers bei verschiedenen Belastungsintensitäten) als auch taktische Sachkenntnisse. Die zu bewertenden Erscheinungsformen der genannten Leistungen sind vor allem die mündliche Mitarbeit, aber auch das Erkennen von Spielsituationen und die daraus abgeleiteten taktischen Maßnahmen und Handlungskorrekturen sowie die Wahl angemessener individueller Anforderungen z.B. bei verschiedenen Schwierigkeitsgraden.

Quantifiziert werden kann die Leistung im Bereich „Kognitive Leistungen“ z.B. durch folgende Leitfragen:

- Wie häufig beteiligt sich der Schüler/ die Schülerin am Unterrichtsgespräch?
- Welchen inhaltlichen Gewinn leistet der Schüler/ die Schülerin durch seine/ihre Beiträge (Qualität)?
- Übernimmt der Schüler/ die Schülerin in inhaltlich sinnvoller Art und Weise Verantwortung im Bereich technisch-taktischer Lernanforderungen (z.B. bei der Mannschaftsaufstellung oder bei der Bewegungskorrektur)?
- Schätzt der Schüler/ die Schülerin die an ihn gestellten Anforderungen richtig ein und wählt entsprechende individuelle Handlungsalternativen?

D) Sportbezogenes Sozialverhalten

Das sportbezogene Verhalten muss immer an im Unterricht definierten Kriterien gemessen werden. Hierbei müssen im Allgemeingut verankerte Verhaltensweisen wie Fairness, Hilfsbereitschaft und Verantwortungsbewusstsein auf die jeweiligen Inhalte spezifiziert werden. In den Bereich des Sozialverhaltens fallen die selbständige Organisation und Mitgestaltung von Rahmenbedingungen (Vereinbarung von Regeln, Gruppenbildung, Hilfsbereitschaft bei Auf- und Abbau etc.), die Teamfähigkeit (Rücksichtnahme und Hilfsbereitschaft auch gegenüber Schwächeren, das Nutzen und ggf. zielgerichtetes Einschränken eigener Fähigkeiten um andere zu unterstützen und zu stärken etc.) und die Selbsttätigkeit (Erkennen von Situationen und entsprechendes Reagieren). In allen Bereichen muss in hohem Maße auf das Verantwortungsbewusstsein für sich und für die Mitschüler Wert gelegt werden, so dass die Handlungskompetenzen nachhaltig auf wünschenswerte gesellschaftliche sowie sportliche Normen geprägt werden.

Quantifiziert werden kann die Leistung im Bereich „Sportbezogenes Sozialverhalten“ z.B. mithilfe folgender Leitfragen:

- Hilft der Schüler/die Schülerin unaufgefordert bei Auf- und Abbau von Geräten?
- Erkennt der Schüler/die Schülerin Schwächen von Mitschülern (technische, körperliche, emotionale ect.) und zeigt sich hilfsbereit?
- Übernimmt der Schüler/die Schülerin in angemessener Weise Lehraufgaben und leitet motorisch schwächere Schüler und Schülerinnen an?
- Spielt der Schüler/die Schülerin mannschaftsdienlich?
- Verhält sich der Schüler selbsttätig, situationsangemessen und verantwortungsbewusst?

E) Individueller Leistungsfortschritt

Der Bereich „Individueller Leistungsfortschritt“ beinhaltet Attribute, die die einzelne Person vor dem Hintergrund ihrer eigenen personalen Voraussetzungen und Vorerfahrungen fokussiert. Hier sind insbesondere die Anstrengungsbereitschaft und die Lernanstrengung bezüglich der Verbesserung der eigenen Fähigkeiten und Fertigkeiten zu nennen. Zu berücksichtigen ist hierbei allerdings, dass auf niedrigem motorischen Leistungsniveau größere und schnellere Lernfortschritte möglich sind, als auf hohem Niveau. Die Schwerpunktlegung zur Bewertung der Leistung kann hier vor allem bei Schülerinnen und Schülern mit hoher motorischer Leistungsfähigkeit in Richtung D) verschoben werden. Es finden hier auch Charakteristika wie Offenheit für neue Anforderungen und Aufgaben, für andere Lernwege und Übernahme von neuen Rollen ihre Korrespondenz in der Bewertung. In diesem Bereich ist eine ausgewogene und angemessene Balance mit dem Bereich B) anzustreben.

Als selbstverständlich wird die aktive Teilnahme am Unterricht erachtet. Bei Verletzung, Krankheit oder selbstverschuldeten Versäumnissen werden für die entsprechende Stunde Ersatzleistungen gefordert. Es können hier z.B. Leistungen als Schiedsrichter oder Spielleiter, aber auch das inhaltlich gewinnbringende Begleiten einer sich aus dem Unterrichtsgeschehen ergebenden Arbeitsgruppe, z.B. bei der Gestaltung einer Kür, oder das Anfertigen von Unterrichtsprotokollen herangezogen werden. Auch hier gelten in zutreffenden Teilen die Bewertungsmaßstäbe von Bereich A), C), D) und E).

Gender-Aspekte im Sportunterricht

Lehrkräfte und Schüler interpretieren, bewerten und handeln innerhalb des System der Zweigeschlechtlichkeit bzw. im Rahmen bestehender Geschlechterverhältnisse. Ebenso ist in der Regel die Sache, also Bewegungs-, Spiel- und Sportformen, geschlechtsspezifisch belegt. „Ob eine Lehrerin Jungen im Fußball unterrichtet, ob ein Lehrer Jungen im Tanz oder Basketball betreut, ob die Unterrichtsgruppen geschlechtshomogen oder -heterogen sind, jede Konstellation impliziert je andere Lehr- und Lernbedingungen“ (GIEß-STÜBER 1997, 27). Unvermeidbar auftretende Irritationen und Unsicherheiten sowohl bei den Lehrkräften als auch bei den Heranwachsenden, müssen unter Einbezug des vorgestellten didaktischen Dreiecks in Kauf genommen werden und in verantwortungsvoller Zusammenarbeit sukzessive außer Kraft gesetzt werden (ebd., 26f.). Unter Berücksichtigung ihres eigenen Erfahrungsschatzes und ausgewählter Elemente der Konzepte von KREIENBAUM und HOELTJE formuliert GIEßSTÜBER Empfehlungen für eine „geschlechtersensible sportpädagogische Aus- und Fortbildung“ (ebd., 32). Das vorliegende Konzept zur reflexiven Koedukation greift einige dieser Elemente in leicht modifizierter Form auf und ergänzt es durch eigenständig entwickelte Ideen.

1. Sensibilisierung des Sportlehrers für das eigene Geschlechtsbild:

- Reflexion des eigenen durch Sozialisation, Werte und Normen bestimmten Geschlechtsbildes innerhalb der sozialen Rolle als Sportlehrer
- Heranwachsenden das eigene reflektierte Geschlechtsbild im Sport transparent machen

2. Sensibilisierung der Schüler für das eigene Geschlechtsbild:

- Aufmerksamkeitslenkung auf Komplexität des vermeintlich offenkundigen Geschlechterverhältnisses im Sport
- Aufzeigen hierarchischer Geschlechterstrukturen im Sport
- Reflexion des durch Sozialisation, Werte und Normen bestimmten Geschlechtsbildes im Sport

3. Wissensvermittlung:

- Vermittlung grundlegender Erkenntnisse der (sportbezogenen) Geschlechterforschung auch mittels fächerübergreifenden Unterrichts (z. B. in Verbindung mit den Fächern Sozialwissenschaften, Pädagogik, Gesellschaftslehre, Biologie)
- Betonung des Unterschiedes von sozialen und biologischen Faktoren durch Offenlegung der unterschiedlichen motorischen Entwicklung im Rahmen der Lebensphasen frühes sowie spätes Schulkindsalter, Pubeszenz und Adoleszenz

4. Kompetenzerhöhung in geschlechtsfremden Bewegungs-, Spiel- und Sportformen:

- Wahrnehmung entsprechender Fortbildungen zum koedukativen Sportunterricht
- Diskussion mit (fachfremden) Kollegen über Vor- und Nachteile spezifischer Ausgestaltung des koedukativen Unterrichts

Hervorzuheben ist in diesem Zusammenhang der Punkt der Sensibilisierung des Sportlehrers für das eigene Geschlechtsbild, da bei geschlechtsbasierenden Schülerkonflikten meist die

Lehrkraft (unbewusst) „Regie [führt], indem sie den Ablauf des Geschehens selbst veranlasst oder zumindest hinnimmt“ (KUGELMANN 2001, 299). Zudem sind die Kinder und Jugendlichen „mit der Aufgabe, das Geschlechterrollenkonzept zu erweitern, überfordert, wenn sie dabei nicht von Lehrkräften unterstützt werden, die eben in dieser Beziehung Vorbild sein können“ (ebd., 309).

Trotz der einleitend aufgegriffenen Zielproblematik für reflexiven Koedukationsunterricht, lassen sich Eckpfeiler für weibliche und männliche Geschlechtererziehung ausmachen. Diese besitzen ausdrücklich verallgemeinernden Charakter und lassen sich unter Berücksichtigung des erläuterten Vier-Punkte-Konzeptes Gewinn bringend thematisieren. In Anlehnung an die Vorschläge von KUGELMANN (2001, 310ff.) und die vorangegangenen Erläuterungen erscheinen folgende, nach den Geschlechtern getrennte, Aufarbeitungsmöglichkeiten sinnvoll:

Aufarbeitungsmöglichkeiten weiblicher Defizite im Schulsport:

- Lernen, Raum für sich zu beanspruchen
- Selbst- und fremdbestimmte Grenzen des Raums erweitern
- Körperkräfte im unmittelbaren Körperkontakt (kämpferisch) erfahren
- typisch weibliche Bewegungsformen bewusst wahrnehmen und modifizieren
- unbekannte Bewegungsräume mittels alltagsfremder Sportangebote erschließen (z. B. Springen, Raufen usw.)
- Zugangsformen zu typischen Jungensportarten finden

Aufarbeitungsmöglichkeiten männlicher Defizite im Schulsport:

- Stärkung des Selbstwertgefühls, um Kritikfähigkeit gegenüber gängigen Männlichkeitsidealen zu entwickeln
- Sensibilität und Nachdenklichkeit fördern, um Empathiefähigkeit zu entwickeln
- Körperverständnis verändern, um sensible Aspekte des eigenen Ichs zu erfahren und die Folgen von Aggression und physischer Gewalt einschätzen zu lernen
- Überwindung der vorherrschenden Wettkampfdominanz, um Sportverständnis zu erweitern
- Aufbau stabiler sozialer Beziehungen, ohne Betonung von Überlegenheits- und Machtanspruchsgehabe
- Schulung von Kommunikations- und Konfliktfähigkeit, um Ursachen von Aggression und physischer Gewalt erkennen zu lernen

Konkrete Anwendungsbeispiele für die gerade beschriebenen Punkte liefert die nachfolgende inhaltliche Auswahl zur Überwindung von sportlichen Geschlechtsstereotypen von KUGEL-MANN, die von beiden Geschlechtern jeweils allein, gemeinsam oder nebeneinander im Sportunterricht angegangen werden kann (1998, 241f.):

• Kraft:

Ein Aspekt von Kraft ist die Möglichkeit zur explosiven Entfaltung (z. B. Schmetterschlag beim Volleyball, Kugelstoßen in der Leichtathletik, Werfen usw.), die unterschiedliche geschlechtsspezifische Betonung erfahren kann.

- Mädchen: Anwendung von maximalen Kräften
- Jungen: Entwicklung von Sensibilität und Dosierung

- **Raum:**

Ein Raum kann erobert und abgegrenzt, es kann aber auch im intimen Raum einer Person (z. B. bei Mannschaftssportarten, beim Zweikämpfen usw.) agiert werden.

- Mädchen: Räume erobern und verteidigen
- Jungen: Raumbedürfnisse anderer beachten

- **Umgang mit Objekten:**

Objekte sind in der Regel geschlechtsspezifisch belegt (z. B. Fußball und Sprungseil) und erfahren häufig eine dementsprechend eindimensionale Deutung, die thematisiert werden kann.

- Mädchen: Bälle werden meist als Fremdkörper oder Wurfgeschosse wahrgenommen
- Jungen: Bälle werden nicht kreativ, sondern nur sportartspezifisch eingesetzt

Jahrgangsstufe 5

Jahresstunden: **120**

Lehrplangebundene Stunden: **90**

frei gestaltbare Stunden: **30**

Geplante Unterrichtsvorhaben

	Unterrichtsvorhaben	Stunden	Seite
1	Aufwärmen und Entspannen	10	11
2	Kleine Spiele erfinden und Regeln sinnvoll variieren	8	12
3	Laufen-Springen-Werfen spielerisch und differenziert ausführen	10	13
4	Mittelzeitausdauer	6	14
5	Akrobatik – akrobatische und turnerische Kunststücke üben und präsentieren	12	15
6	Bodenturnen – Erarbeitung und Präsentation einer kleinen Bodenkür	10	16
7	Aerobic – einfache und technisch-koordinative Grundformen	6	17
8	Rhythmische Gestaltung von Bewegungen mit Handgerät in der Gruppe	10	18
9	Einfache Aufgaben in Mannschaftsspielen taktisch sicher und regelgeleitet bewältigen – am Beispiel Kastenhandball	10	20
10	Miteinander im Gegeneinander – Ringen und Kämpfen	8	22

Übersicht über die Bewegungsfelder und Kompetenzbereiche

UV	BF	PP	IF	BWK	MK	UK
1	1.1; 1.3	A; F	a1; a2; f1	1.1; 1.3	1.1	
2	2	E	a1; e1-4	2	2.1	2.1
3	3.1	A; D	a1-3; d2-3	3.1-2	3.2	3.2
4	3.2	A; D; F	a1; d1-3; f2	3.3		3.1
5	5.3	A; B; C; E; F	a1; b1; b3; c1-3; e1; f1; f3	5.1; 5.4		5.1
6	5.2	A; B	a1-3; b1-2	5.1-3		5.1
7	6.3	A; B; E; F	a1-3; b1-2; e1; f2	6.1-2	6.2	
8	6.1/6.2	A; B; E	a1-3; b1-3; e1	6.1-3	6.1-2	6.1
9	7.1	A; E	a2-3; e1-3	7.1-4	7.1-2	7.1
10	9	A; C; E; F	a1-2; c2-3; e1; f1+3	9.1-2	9.1-2	9.1

UV: Unterrichtsvorhaben

BF: Bewegungsfeld

PP: Pädagogische Perspektive

IF: Inhaltsfeld

BWK: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

MK: Methodenkompetenz

UK: Urteilskompetenz

1. Aufwärmen und Entspannen

Anzahl der Unterrichtsstunden: **10**

Bewegungsfeld 1

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

- Auf- und Abwärmen (1.1)
- Funktionsgymnastik, Haltungsaufbau, Entspannungsmethoden (1.3)

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
 - Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
- Gesundheit (f)
 - Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f1)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- sich sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen und steuern. (1.1)
- eine grundlegende Entspannungstechnik (z. B. Phantasiereise) angeleitet ausführen sowie den Aufbau und die Funktion beschreiben. (1.3)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- allgemeine Aufwärmprinzipien allein und in der Gruppe anwenden. (1.1)

2. Kleine Spiele erfinden und Regeln sinnvoll variieren

Anzahl der Unterrichtsstunden: 8

Bewegungsfeld 2

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

- Kleine Spiele und Pausenspiele (2.1)
- Spiele aus anderen Kulturen (2.2)
- Spielangebote im Umfeld der Schule und in unterschiedlichen Umgebungsräumen (2.3)

Pädagogische Perspektive

- Kooperieren, wettkämpfen, sich verständigen (E)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (e1)
 - Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (e2)
 - (Spiel-)Regeln und deren Veränderung (e3)
 - Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (e4)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden. (2.1)
- kleine Spiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele – auch eigenverantwortlich – fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst mit-einander spielen sowie entsprechende Kriterien benennen und erläutern. (2.2)
- kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und Regeln – orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial – selbstständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen. (2.3)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einfache Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z.B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern. (2.1)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten. (2.1)

3. Laufen-Springen-Werfen spielerisch und differenziert ausführen

Anzahl der Unterrichtsstunden: 10

Bewegungsfeld 3

Laufen-Springen-Werfen - Leichtathletik

- Grundlegende leichtathletische Disziplinen (Sprint, Weit- und Hochsprung, Wurf und Stoß) (3.1)

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
 - Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a3)
- Leistung (d)
 - Methoden zur Leistungssteigerung (d2)
 - Differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nichtnormierte Leistungsmessung und –bewertung) (d3)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen. (3.1)
- leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen. (3.2)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden. (3.2)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen. (3.2)

4. Mittelzeitausdauer

Anzahl der Unterrichtsstunden: 6

Bewegungsfeld 3

Laufen-Springen-Werfen - Leichtathletik

- Formen ausdauernden Laufens (3.2)

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
- Leistung (d)
 - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (d1)
 - Methoden zur Leistungssteigerung (d2)
 - Differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nichtnormierte Leistungsmessung und – bewertung) (d3)
- Gesundheit
 - Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (f2)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Beim Laufen eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Min.) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegend körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben. (3.3)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die individuelle Gestaltung des Lerntempos bei einer Mittelzeitausdauerleistung anhand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen. (3.1)

5. Akrobatik – akrobatische und turnerische Kunststücke üben und präsentieren

Anzahl der Unterrichtsstunden: 12

Bewegungsfeld 5

Bewegen an Geräten - Turnen

- Akrobatik (5.3)

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)
- Etwas wagen und verantworten (C)
- Kooperieren, wettkämpfen und verständigen (E)
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
- Bewegungsgestaltung (b)
 - Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (b1)
 - Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und – objekte (b3)
- Wagnis und Verantwortung (c)
 - Spannung und Risiko (c1)
 - Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst) (c2)
 - Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder – minderung) (c3)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (e1)
- Gesundheit (f)
 - Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f1)
 - Unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (f3)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrechterhalten. (5.1)
- in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für Sicherheit und gesundheitsförderndes Verhalten benennen und anwenden. (5.4)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- turnerische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien (z.B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten. (5.1)

6. Bodenturnen – Erarbeitung und Präsentation einer kleinen Bodenkür

Anzahl der Unterrichtsstunden: **10**

Bewegungsfeld 5

Bewegen an Geräten – Turnen

- Turnen an Gerätebahnen oder –kombinationen (5.2)

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
 - Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a3)
- Bewegungsgestaltung (b)
 - Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (b1)
 - Variationen von Bewegungen (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch) (b2)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten. (5.1)
- technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z. B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben. (5.2)
- am Boden, Sprunggerät, Reck oder Barren, Bank oder Balken in der Grobform spielerisch oder leistungsbezogen rollen, stützen, balancieren, springen, hängen und schwingen sowie Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen verbinden. (5.3)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- turnerische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien (z.B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten. (5.1)

7. **Aerobic – einfache technisch-koordinative Grundformen**

Anzahl der Unterrichtsstunden: 6

Bewegungsfeld 6

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

- Funktionsgymnastik (z.B. Rope Skipping, Step-Aerobic) (6.3)

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)
- Kooperieren, wettkämpfen und verständigen (E)
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
 - Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a3)
- Bewegungsgestaltung (b)
 - Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (b1)
 - Variationen von Bewegungen (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch) (b2)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (e1)
- Gesundheit
 - Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (f2)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät anwenden und beschreiben. (6.1)
- grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (u. a. Gymnastik und Tanz oder Pantomime) allein oder in der Gruppe anwenden. (6.2)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen präsentieren. (6.2)

8. Rhythmische Gestaltung von Bewegungen mit Handgerät in der Gruppe

Anzahl der Unterrichtsstunden: **10**

Bewegungsfeld 6

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

- Gymnastik mit und ohne Handgerät (6.1)
- Gymnastik mit Materialien oder mit Objekten (6.2)

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)
- Kooperieren, wettkämpfen und verständigen (E)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
 - Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a3)
- Bewegungsgestaltung (b)
 - Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (b1)
 - Variationen von Bewegungen (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch) (b2)
 - Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und –objekte (b3)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (e1)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät anwenden und beschreiben. (6.1)
- grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (u. a. Gymnastik und Tanz oder Pantomime) allein oder in der Gruppe anwenden. (6.2)
- grundlegende Aufstellungsformen und –formationen anwenden und beschreiben. (6.3)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen. (6.1)
- einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen präsentieren. (6.2)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten (6.1)

9. Einfache Aufgaben in Mannschaftsspielen taktisch sicher und regelgeleitet bewältigen am Beispiel Kastenhandball

Anzahl der Unterrichtsstunden: **10**

Bewegungsfeld 7

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

- Mannschaftsspiele (7.1)

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Kooperieren, wettkämpfen und verständigen (E)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a3)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (e1)
 - Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (e2)
 - (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (e3)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern. (7.1)
- sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern taktisch angemessen verhalten. (7.2)
- grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären. (7.3)
- ein großes Mannschaftsspiel und ein Partnerspiel in vereinfachten Formen mit und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen. (7.4)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und in der Praxis anwenden. (7.1)
- grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden. (7.2)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z.B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen. (7.1)

10. Miteinander im Gegeneinander – Ringen und Kämpfen

Anzahl der Unterrichtsstunden: 8

Bewegungsfeld 9

Ringen und kämpfen - Zweikampfsport

- Normungebundene Kampfformen oder Zweikampfformen mit direktem Körperkontakt (z.B. Ringen, Judo) oder Zweikampfformen mit Gerät (z.B. Fechten) (9.1)

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Etwas wagen und verantworten (C)
- Kooperieren, wettkämpfen und verständigen (E)
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
 - Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
- Wagnis und Verantwortung (c)
 - Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst) (c2)
 - Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder –minderung) (c3)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (e1)
- Gesundheit (f)
 - Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f1)
 - Unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (f3)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen. (9.1)
- sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und grundlegende Regeln dafür erläutern. (9.2)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende Regeln, Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden. (9.1)
- durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von Techniken zum Erfolg verhelfen. (9.2)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten. (9.1)

Jahrgangsstufe 6

Jahresstunden: 120

Lehrplangebundene Stunden: 120

frei gestaltbare Stunden: 0

Geplante Unterrichtsvorhaben

	Unterrichtsvorhaben	Stunden	Seite
1	Persönliche konditionelle Stärken und Schwächen	8	26
2	Kleine Spiele sicher, verantwortungsbewusst und regelgerecht variieren und bewältigen	8	27
3	Höher, schneller, weiter – ein leichtathletischer Wettkampf	8	29
4	Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung (Springen, Tauchen, ...)	10	30
5	Verschiedene Gleit- und Wechselzugtechniken (+Start und Wende)	40	32
6	Ausdauernd schwimmen	14	33
7	Gefahren im Wasser sicher begegnen - Rettungsschwimmen	16	34
8	Geräteturnen – stützen, springen, balancieren – an Turngeräten sicher turnen	8	35
9	Mannschaftsspiele taktisch sicher und regelgerecht bewältigen am Beispiel Fußball	8	36

Übersicht über die Bewegungsfelder und Kompetenzbereiche

UV	BF	PP	IF	BWK	MK	UK
1	1.2	A; D	a1; d1; f2	1.2		1.1
2	2	E; C	a2+3; c2+3; e1-4	2.1-3		2.1
3	3.3	D; E	d1+2; e1+4	3.4	3.1+2	3.2
4	4.3	A; C; F	a1+2; c2; f1+3	4.1+4	4.1+2	4.1
5	4.1	A; D	a1-3; d1+2	4.1+2	4.1	
6	4.2	D; F	d1+2; f2+3	4.3	4.1	4.1
7	4.3	A; F	a1; f1-3	4.4	4.1+2	4.1
8	5.1	A; C	a1-3; c2+3	5.1-4	5.1+2	
9	7.1	E	e1,2+4	7.1-4		

UV: Unterrichtsvorhaben

BF: Bewegungsfeld

PP: Pädagogische Perspektive

IF: Inhaltsfeld

BWK: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

MK: Methodenkompetenz

UK: Urteilskompetenz

1. Persönliche konditionelle Stärken und Schwächen

Anzahl der Unterrichtsstunden: **8**

Bewegungsfeld 1

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

- Fitness- und Konditionstraining (1.2)

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
- Leistung (d)
 - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (d1)
- Gesundheit
 - Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (f2)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- in sportbezogenen Anforderungssituationen psycho-physische Leistungsfähigkeit (z.B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen nachweisen und grundlegend beschreiben. (1.2)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien ansatzweise – auch mit Blick auf Eigenverantwortung – beurteilen. (1.1)

2. Kleine Spiele sicher, verantwortungsbewusst und regelgerecht bewältigen und variieren

Anzahl der Unterrichtsstunden: **8**

Bewegungsfeld 2

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

- Kleine Spiele und Pausenspiele (2.1)
- Spiele aus anderen Kulturen (2.2)
- Spielangebote im Umfeld der Schule und in unterschiedlichen Umgebungsräumen (2.3)

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Etwas wagen und verantworten (C)
- Kooperieren, wettkämpfen, sich verständigen (E)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a3)
- Wagnis und Verantwortung (c)
 - Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst) (c2)
 - Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder –minderung) (c3)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (e1)
 - Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (e2)
 - (Spiel-)Regeln und deren Veränderung (e3)
 - Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (e4)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden. (2.1)
- kleine Spiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele – auch eigenverantwortlich – fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst mit-einander spielen sowie entsprechende Kriterien benennen und erläutern. (2.2)

- kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und Regeln – orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial – selbstständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen. (2.3)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten. (2.1)

3. Höher, schneller, weiter – ein leichtathletischer Mehrkampf

Anzahl der Unterrichtsstunden: **8**

Bewegungsfeld 3

Laufen-Springen-Werfen - Leichtathletik

- Leichtathletischer Mehrkampf (3.3)

Pädagogische Perspektive

- Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)
- Kooperieren, wettkämpfen, sich verständigen (E)

Inhaltsfelder

- Leistung (d)
 - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (d1)
 - Methoden zur Leistungssteigerung (d2)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (e1)
 - Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (e4)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen. (3.4)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen. (3.1)
- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden. (3.2)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen. (3.2)

4. Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung (Springen, Tauchen,...)

Anzahl der Unterrichtsstunden: **10**

Bewegungsfeld 4

Bewegen im Wasser - Schwimmen

- Wasserspringen, Tauchen, Rettungsschwimmen (4.3)

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Etwas wagen und verantworten (C)
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
 - Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
- Wagnis und Verantwortung (c)
 - Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst) (c2)
- Gesundheit (f)
 - Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f1)
 - Unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (f3)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koodinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen. (4.1)
- das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u.a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen. (4.4)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten. (4.1)
- Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z.B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden. (4.2)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen. (4.1)

5. Verschiedene Gleit- und Wechselzugtechniken (inklusive Start und Wende)

Anzahl der Unterrichtsstunden: **40**

Bewegungsfeld 4

Bewegen im Wasser – Schwimmen

- grundlegende Schwimmtechniken einschließlich Start und Wende (4.1)

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegenslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
 - Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a3)
- Leistung (d)
 - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (d1)
 - Methoden zur Leistungssteigerung (d2)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen. (4.1),
- eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen. (4.2)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten. (4.1).

6. Ausdauernd Schwimmen

Anzahl der Unterrichtsstunden: **14**

Bewegungsfeld 4

Bewegen im Wasser - Schwimmen

- ausdauerndes Schwimmen (4.2)

Pädagogische Perspektive

- Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Inhaltsfelder

- Leistung (d)
 - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (d1)
 - Methoden zur Leistungssteigerung (d2)
- Gesundheit (f)
 - grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (f2)
 - unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (f3)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen (4.3).

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten (4.1).

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen. (4.1)

7. Gefahren im Wasser sicher begegnen - Rettungsschwimmen

Anzahl der Unterrichtsstunden: 16

Bewegungsfeld 4

Bewegen im Wasser - Schwimmen

- Wasserspringen, Tauchen, Rettungsschwimmen

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
- Gesundheit
 - Unfall und Verletzungsprophylaxe (f1)
 - Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (f2)
 - unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (f3)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen (4.4).

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten (4.1).
- Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden (4.2).

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen. (4.1)

8. Geräteturnen: Stützen, Springen, Balancieren – an Turngeräten sicher Turnen

Anzahl der Unterrichtsstunden: 8

Bewegungsfeld 5

Bewegen an Geräten - Turnen

- Turnen an Geräten (Bank oder Balken, Barren oder Reck, Boden, Sprunggerät) (5.1)

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Etwas wagen und verantworten (C)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
- Wagnis und Verantwortung (c)
 - Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst) (c2)
 - Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung) (c3)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrechterhalten. (5.1)
- technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z. B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben. (5.2)
- am Boden, Sprunggerät, Reck oder Barren, Bank oder Balken in der Grobform spielerisch oder leistungsbezogen rollen, stützen, balancieren, springen, hängen und schwingen sowie Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen verbinden. (5.3)
- in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für Sicherheit und gesundheitsförderndes Verhalten benennen und anwenden. (5.4)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Turngeräte sicher auf- und abbauen, den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten sowie kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfen geben. (5.1)
- sich in turnerischen Lern- und Übungsprozessen auf fachsprachlich grundlegendem Niveau verständigen. (5.2)

9. Mannschaftsspiele taktisch sicher und regelgeleitet bewältigen am Beispiel Fußball

Anzahl der Unterrichtsstunden: **8**

Bewegungsfeld 7

Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

- Mannschaftsspiele (7.1)

Pädagogische Perspektive

- Kooperieren, wettkämpfen und verständigen (E)

Inhaltsfelder

- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (e1)
 - Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (e2)
 - Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (e4)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern. (7.1)
- sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern taktisch angemessen verhalten. (7.2)
- grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären. (7.3)
- ein großes Mannschaftsspiel und ein Partnerspiel in vereinfachten Formen mit und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen. (7.4)

Jahrgangsstufe 7

Jahresstunden: **120**

Lehrplangebundene Stunden: **86**

frei gestaltbare Stunden: **34**

Geplante Unterrichtsvorhaben

	Unterrichtsvorhaben	Stunden	Seite
1	Wie funktioniert mein Körper? – Funktionsgymnastik am eigenen Körper erfahren	8	39
2	Neue Spiele entdecken & Spielräume nutzen am Beispiel von Tchoukball & Kinball	14	40
3	Das habe ich noch nie gemacht (!): Kugelstoß als neue Herausforderung annehmen	6	41
4	Alles dreht sich: Vielfältige Rotationsbewegungen an verschiedenen Turngeräten erfahren	10	42
5	Ballkorobics – genderspezifisch gestalten	10	43
6	Volleyball – mit verschiedenen Geräten / Bällen volley spielen	10	44
7	Badminton ist nicht Federball : Vom Miteinander zum Gegeneinander	10	45
8	Gleiten auf dem Wasser: Rudern / Kanufahren	10	46
9	Ringern & Kämpfen mit Handicap	8	47
10	Sportfahrt		

Übersicht über die Bewegungsfelder und Kompetenzbereiche

UV	BF	PP	IF	BWK	MK	UK
1	1.1/ 1.3	A, F	a 1, e 1, 2	1.1/ 1.3	1.1/1.2	/
2	2.2	A, E	a 2,3,e 1-4	2.1/2.2/ 2.3	2.1	2.1
3	3.1	A, D	a 2,3,d 1	3.2	/	3.1
4	5.1	A,C	a 1,2,3, c 1,2,3	5.1/5.2/5.4	5.1	5.1
5	6.1	B, E	b 1,2,3, e 2	6.1/6.2/6.3/6.4	6.1	6.1/6.2
6	7.1	A, E	a 1,2,3, e 1,3	7.1, 7.3	7.1-7.3	7.1-7.2
7	7.2	D, E	d 1, e 1,4	7.1,7.2	7.1,7.3	7.1
8	8	A, C	a 1,2,3, c 1,2,3	8.1,8.2	8.1	8.1/8.2
9	9	A, E	a 1, e 1,3,(4)	9.2	9.1	9.1
10						

UV: Unterrichtsvorhaben

BF: Bewegungsfeld

PP: Pädagogische Perspektive

IF: Inhaltsfeld

BWK: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

MK: Methodenkompetenz

UK: Urteilskompetenz

1. Wie funktioniert mein Körper? – Funktionsgymnastik am eigenen Körper erfahren

Anzahl der Unterrichtsstunden: **8**

Bewegungsfeld 1:

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

- (Auf- und Abwärmen, Funktionsgymnastik, Haltungsaufbau (z.B. Rückenschule))

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
- Gesundheit (f)
 - Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f1)
 - Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (f2)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- sich selbstständig und funktional – allgemein und sportartenspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen.(1.1)
- eine komplexe Entspannungstechnik (z.B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben.(1.3)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten.(1.1)
- grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (unter anderem der Ausdauer) entwerfen und umsetzen. (1.2)

2. Neue Spiele entdecken & Spielräume nutzen am Beispiel von Tchoukball & Kinball

Anzahl der Unterrichtsstunden: 14

Bewegungsfeld 2:

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

- Spiele aus anderen Kulturen

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Kooperieren, Wettkämpfen und sich verständigen (E)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a3)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (e1)
 - Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (e2)
 - (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (e3)
 - Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerben) (e4)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- spielübergreifende technische-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch – kognitive Fähigkeiten weiterentwickeln und situationsgerecht in Bewegungs – und Sportspielen anwenden. (2.1)
- in unterschiedlichen Spielen mit – und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht Handeln. (2.2)
- Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund einordnen und spielen. (2.3)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u.a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortliche durchführen und zielgerichtet verändern. (2.1)

Urteilskompetenz

Die SuS können

- Bewegungsspiele – aus anderen Kulturen – hinsichtlich ihrer Werte, Normen, Inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziel beurteilen. (2.1)

3. Das habe ich noch nie gemacht (I): Kugelstoß als neue Herausforderung annehmen

Anzahl der Unterrichtsstunden: 6

Bewegungsfeld 3:

Laufen, Springen, werfen - Leichtathletik

- Grundlegende leichtathletische Disziplinen (z.B. Stoß)

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a3)
- Leistung (d)
 - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (d1)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- eine neue leichtathletische Disziplin wie z.B. Kugelstoß in der Grobform ausführen.(3.2)

Urteilskompetenz

Die SuS können

- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfs beurteilen. (3.1)

4. Alles dreht sich: Vielfältige Rotationsbewegungen an verschiedenen Turngeräten erfahren

Anzahl der Unterrichtsstunden: 10

Bewegungsfeld 5:

Bewegen an Geräten - Turnen

- Turnen an Geräten (Bank oder Balken, Barren oder Reck, Boden, Sprunggerät)

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Etwas wagen und verantworten (C)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
 - Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a3)
- Wagnis und Verantwortung (c)
 - Spannung und Risiko (c1)
 - Emotionen (u.a. Freude, Angst, Frustration) (c2)
 - Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder –minderung) (c3)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- an Turngeräten oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau normgebunden ausführen und verbinden.(5.1)
- an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.(5.2)
- zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktion erweitern.(5.4)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen. (5.1)

Urteilskompetenz

Die SuS können

- Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen.(5.1)

5. Ballkorobics - genderspezifisch gestalten

Anzahl der Unterrichtsstunden: **10**

Bewegungsfeld 6:

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

- Fitnessgymnastik (z.B. Rope-Skipping, Aerobic)

Pädagogische Perspektive

- Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)
- Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)

Inhaltsfelder

- Bewegungsgestaltung (b)
 - Gestaltungsformen und –kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (b1)
 - Variationen von Bewegungen (u.a. räumlich, dynamisch, zeitlich) (b2)
 - Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen- und objekte
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (e1)
 - Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (e2)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern.(6.1)
- in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität auch in der Gruppe anwenden und zielgerichtet variieren.(6.2)
- Objekte und Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren.(6.3)
- eine Fitnessgymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien präsentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern.(6.4)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder –themen Kompositionen kriteriengeleitet allein oder in der Gruppe entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien beschreiben und erläutern.(6.1)

Urteilskompetenz

Die SuS können

- die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.(6.1)
- bewegungsbezogene Klischees u.a. Geschlechterrollen in diesem Bewegungsfeld beurteilen.(6.2)

6. Volleyball – mit verschiedenen Geräten und Bällen volley spielen

Anzahl der Unterrichtsstunden: **10**

Bewegungsfeld 7:

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

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

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigem (E)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
 - Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a3)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (e1)
 - Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (e2)
 - (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (e3)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die SuS können

- sportspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv nagemessen agieren.(7.1)
- konstitutive, moralische und strategisch Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden.(7.3)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Abbildungen und Spielsituationen erläutern.(7.1)
- spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden.(7.2)
- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen.(7.3)

Urteilskompetenz

Die SuS können

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit bewerten.(7.1)
- den Umgang mit Fairness und Kooperationsgemeinschaft in Sportspielen beurteilen.(7.2)

7. Badminton ist nicht Federball: Vom Miteinander zum Gegeneinander

Anzahl der Unterrichtsstunden: **10**

Bewegungsfeld 7:

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

- Partnerspiele (z.B. Badminton oder Tennis)

Pädagogische Perspektive

- Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)
- Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)

Inhaltsfelder

- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (e1)
 - Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerben) (e4)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- sportspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv nagemessen agieren.(7.1)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Abbildungen und Spielsituationen erläutern.(7.1)
- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen.(7.3)

Urteilskompetenz

Die SuS können

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit bewerten.(7.1)

8. Gleiten auf dem Wasser: Rudern/ Kanufahren

Anzahl der Unterrichtsstunden: 10

Bewegungsfeld 7:

Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/ Wintersport

- Fortbewegung auf Rädern und Rollen oder Gleiten auf dem Wasser oder Gleiten auf Schnee und Eis

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Etwas wagen und verantworten (C)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
 - Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a3)
- Wagnis und Verantwortung (c)
 - Spannung und Risiko (c1)
 - Emotionen (u.a. Freude, Angst, Frustration) (c2)
 - Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder –minderung) (c3)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Wahrnehmung der Auswirkungen und Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale erläutern.(8.1)
- technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheitsgelände angepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben und Möglichkeiten der Bewegungshilfe und Bewegungssicherung erläutern.(8.2)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- beim Gleiten oder Fahren oder Rollen in der Gruppe allein oder in der Gruppensportspezifische Vereinbarungen erläutern und anwenden.(8.1)

Urteilskompetenz

Die SuS können

- die situativen Anforderungen an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen.(8.1)

9. Ringen und Kämpfen mit Handicap

Anzahl der Unterrichtsstunden: **8**

Bewegungsfeld 9:

Ringens und Kämpfens – Zweikampfsport

- Normgebundene Kampf- oder Zweikampf-Formen mit direktem Körperkontakt oder Zweikampf-Formen mit Gerät

Pädagogische Perspektive

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (e1)
 - (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (e3)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die SuS können

- mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelrecht und fair miteinander kämpfen.(9.2)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten.(9.1)

Urteilskompetenz

Die SuS können

- die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen. (9.1)

Jahrgangsstufe 8

Jahresstunden: 120 Lehrplangebundene Stunden: 78 frei gestaltbare Stunden: 42

Geplante Unterrichtsvorhaben

	Unterrichtsvorhaben	Stunden	Seite
1	Funktionales Krafttraining mit dem eigenen Körpergewicht	8	50
2	Spiele im Umfeld der Schule am Beispiel Ultimate Frisbee	10	51
3	Gesundheitsorientierte Laufen oder Walken	6	52
4	Das habe ich noch nie gemacht (II): Hochsprung als neue Herausforderung annehmen	8	53
5	Strecken mit turnerischen Elementen überwinden	12	54
6	Dance Trends (moderne Tanzformen): z.B. Jumpstyle, Hip-Hop, Bokwa, Zumba, Break-Dance, Capoeira, etc.	10	55
7	Floorball (Uni-Hockey): Spielstrukturen und Regeln verändern	12	57
8	Rückschlagspiel am Beispiel Badminton oder Tennis	12	58
9			
10			

Übersicht über die Bewegungsfelder und Kompetenzbereiche

UV	BF	PP	IF	BWK	MK	UK
1	1.2; 1.3	A; D, F	a1; d1-2	1.2	1.2	1.1
2	2.3	E	e1-4	2.1; 2.2	2.1	
3	3.2	D; F	d1-3; e2-3	3.3	3.2	
4	3.1	A;D	a2-3; d1-2	3.1	3.2	3.1
5	5.1; 5.2	A; B	a1-3; b1-3	5.1; 5.2	5.1-5.3	5.1
6	6.3; 6.4	A, B, E	a1-3; b1-3; e1-2	5.4; 6.1-2	6.1	6.1-2
7	7.1	E	e1-4	6.3; 7.1-2	7.1; 7.3	7.1-2
8	7.2	E; D	d1; e1, e4	7.1-3	7.1-3	7.1
9						
10						

UV: Unterrichtsvorhaben

BF: Bewegungsfeld

PP: Pädagogische Perspektive

IF: Inhaltsfeld

BWK: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

MK: Methodenkompetenz

UK: Urteilskompetenz

1. Funktionales Krafttraining mit dem eigenen Körpergewicht

Anzahl der Unterrichtsstunden: 8

Bewegungsfeld 1

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

- Fitness- und Konditionstraining
- Funktionsgymnastik, Haltungsaufbau (z.B. Rückenschule), Entspannungsmethoden

Pädagogische Perspektive

A – Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern

D – Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

F – Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung
- Leistung (d)
 - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
 - Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen – auch unter Druckbedingungen – zeigen.(1.2)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen.(1.2)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen.(1.1)

2. Spiele im Umfeld der Schule am Beispiel Ultimate Frisbee

Anzahl der Unterrichtsstunden: 10

Bewegungsfeld 2

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

- Spiele aus anderen Kulturen

Pädagogische Perspektive

E – Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen

Inhaltsfelder

- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
 - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
 - (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen
 - Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden. (2.1)
- in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln. (2.2)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern. (2.1)

3. Gesundheitsorientierte Laufen oder Walken

Anzahl der Unterrichtsstunden: 6

Bewegungsfeld 3

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

- Formen ausdauernden Laufens

Pädagogische Perspektive

D – Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

F – Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Inhaltsfelder

- Leistung (d)
 - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
 - Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)
 - differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
 - (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- beim Laufen eine Langzeitausdauerleistung (LZA I bis 30 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben.(3.3)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z. B. tabellarisch, grafisch) erfassen. (3.2)

4. Das habe ich noch nie gemacht (II): Hochsprung als neue Herausforderung annehmen

Anzahl der Unterrichtsstunden: **8**

Bewegungsfeld 3

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

- grundlegende leichtathletische Disziplinen (Sprint, Weit- und Hochsprung, Wurf und Stoß)

Pädagogische Perspektive

A – Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern

D – Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
- Leistung (d)
 - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
 - Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeiteniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern.(3.1)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z. B. tabellarisch, grafisch) erfassen. (3.2)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen. (3.1)

5. Strecken mit turnerischen Elementen überwinden

Anzahl der Unterrichtsstunden: 12

Bewegungsfeld 5

Bewegen an Geräten – Turnen

- Turnen an Geräten (Bank oder Balken, Barren oder Reck, Boden, Sprunggerät)
- Turnen an Gerätebahnen oder -kombinationen

Pädagogische Perspektive

A – Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern

B – Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung
 - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
- Bewegungsgestaltung (b)
 - Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch)
 - Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)
 - Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte.

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- an Turngeräten (u.a. Boden, Sprunggerät, Reck **oder** Stufenbarren, Balken **oder** Parallelbarren) oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau normungebunden **oder** normgebunden ausführen und verbinden. (5.1)
- an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.(5.2)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen.
- Bewegungsgestaltungen und -kombinationen zusammenstellen und präsentieren.
- sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern.

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen.

6. Dance Trends (moderne Tanzformen): z.B. Jumpstyle, Hip-Hop, Bokwa, Zumba, Break-Dance, Capoeira, etc.

Anzahl der Unterrichtsstunden: **10**

Bewegungsfeld 6

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

- Fitnessgymnastik (z. B. Rope-Skipping, Step-Aerobic)
- Pantomime oder Bewegungstheater oder Tanzen in unterschiedlichen Erscheinungsformen (z. B. Volkstanz, Standardtanz, Hip-Hop) **oder** Jonglage

Pädagogische Perspektive

A – Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern

B – Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten

E – Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung
 - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
- Bewegungsgestaltung (b)
 - Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch)
 - Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)
 - Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte.
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
 - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern.(5.4)
- ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewehens – auch in der Gruppe – strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern.(6.1)
- in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) – auch in der Gruppe – anwenden und zielgerichtet variieren.(6.2)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen Kompositionen kriteriengeleitet – allein oder in der Gruppe – entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z. B. Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern. (6.1)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.(6.1)
- bewegungsbezogene Klischees (u. a. Geschlechterrollen) in diesem Bewegungsfeld beurteilen.(6.2)

7. Floorball (Uni-Hockey): Spielstrukturen und Regeln verändern

Anzahl der Unterrichtsstunden: 12

Bewegungsfeld 7

Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

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

Pädagogische Perspektive

E – Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen

Inhaltsfelder

- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
 - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
 - (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen
 - Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Objekte oder Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren.(6.3)
- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren. (7.1)
- das jeweils ausgewählte große Mannschafts- **und** Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern. (7.2)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern.(7.1)
- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen.(7.3)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.(7.1)
- den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen. (7.2)

8. Rückschlagspiel am Beispiel Badminton oder Tennis

Anzahl der Unterrichtsstunden: 12

Bewegungsfeld 7

Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

- Partnerspiele (z. B. Badminton oder Tennis oder Tischtennis)

Pädagogische Perspektive

D – Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

E – Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen

Inhaltsfelder

- Leistung (d)
 - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
 - Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren.(7.1)
- as jeweils ausgewählte große Mannschafts- und Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern. (7.2)
- konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden.(7.3)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern.(7.1)
- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden.(7.2)
- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen.(7.3)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.(7.1)

Jahrgangsstufe 9

Jahresstunden: 120 Lehrplangebundene Stunden: 80 frei gestaltbare Stunden: 40

Geplante Unterrichtsvorhaben

	Unterrichtsvorhaben	Stunden	Seite
1	Funktionales Krafttraining mit Alltagsgegenständen	8	61
2	Ein neues körperlosen Spiel: Flagfootball	12	63
3	Das habe ich noch nie gemacht (III): Hürdenlauf als neue Herausforderung wahrnehmen	6	64
4	Höher-Schneller-Weiter: norm(un)gebundene Leichtathletik	8	65
5	Wir bauen aufeinander: eine akrobatische Gruppenkür	14	66
6	Fitnessorientierte Bewegungskünste: z.B. Step Aerobic, Rope-Skipping	10	68
7	Gegeneinander Spielen und gewinnen wollen: Torschusspiele am Beispiel Fußball und/oder Handball	10	70
8	Entwicklung der Spielfähigkeit im Volleyball	12	71
9			
10			

Übersicht über die Bewegungsfelder und Kompetenzbereiche

UV	BF	PP	IF	BWK	MK	UK
1	1.2	A; D, F	a1; d1-2, f1-3	1.2	1.2	1.1-2
2	2.2; 2.3	E	e1-4	2.1; 2.2	2.1	2.1
3	3.1	A; D	a2-3; d1-2	3.1	3.2	3.1
4	3.1; 3.3	D; E	d1; d3. e4	2.3; 3.4	3.1	3.1
5	5.3	A-F	a1-2; b1-3; c1-3; e1-2; f1-2	5.2; 5.3	5.1-5.3	5.1-2
6	6.3	A, B, F; D	a1-3; b1-3; d1; e2; f2	5.4; 6.1-2	6.1	6.1-2
7	7.1	E	e1-4	6.3; 7.1-3	7.1	7.1-2
8	7.1	D; F	d1; e1-4	7.1-3	7.1-3	7.1-2
9						
10						

UV: Unterrichtsvorhaben

BF: Bewegungsfeld

PP: Pädagogische Perspektive

IF: Inhaltsfeld

BWK: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

MK: Methodenkompetenz

UK: Urteilskompetenz

1. Funktionales Krafttraining mit Alltagsgegenständen

Anzahl der Unterrichtsstunden: 8

Bewegungsfeld 1

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

- Fitness- und Konditionstraining

Pädagogische Perspektive

A – Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern

D – Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

F – Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung
- Leistung (d)
 - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
 - Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)
- Gesundheit (f)
 - Unfall- und Verletzungsprophylaxe
 - grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens
 - unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen – auch unter Druckbedingungen – zeigen.(1.2)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen. (1.2)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen. (1.1)
- gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen.(1.2)

2. Ein neues körperlosen Spiel: Flagfootball

Anzahl der Unterrichtsstunden: 12

Bewegungsfeld 2

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

- Spiele aus anderen Kulturen
- Spielangebote im Umfeld der Schule und in unterschiedlichen Umgebungsräumen

Pädagogische Perspektive

E – Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen

Inhaltsfelder

- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
 - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
 - (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen
 - Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden.(2.1)
- in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln.(2.2)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern. (2.1)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Bewegungsspiele – auch aus anderen Kulturen – hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen.(2.1)

3. Das habe ich noch nie gemacht (III): Hürdenlauf als neue Herausforderung wahrnehmen

Anzahl der Unterrichtsstunden: 6

Bewegungsfeld 3

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

- grundlegende leichtathletische Disziplinen (Sprint, Weit- und Hochsprung, Wurf und Stoß)

Pädagogische Perspektive

A – Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern

D – Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
-
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen
 - Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen.(3.1)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z. B. tabellarisch, grafisch) erfassen. (3.2)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen.(3.1)

4. Höher-Schneller-Weiter: norm(un)gebundene Leichtathletik

Anzahl der Unterrichtsstunden: 8

Bewegungsfeld 3

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

- grundlegende leichathletische Disziplinen (Sprint, Weit- und Hochsprung, Wurf und Stoß)
- leichtathletischer Mehrkampf

Pädagogische Perspektive

D – Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

E – Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen

Inhaltsfelder

- Leistung (d)
 - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
 - differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund einordnen und spielen.(2.3)
- einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf (z. B. Biathlon, Triathlon) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen.(3.4)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z. B. tabellarisch, grafisch) erfassen.(3.1)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen.(3.1)

5. Wir bauen aufeinander: eine akrobatische Gruppenkür

Anzahl der Unterrichtsstunden: **14**

Bewegungsfeld 5

Bewegen an Geräten – Turnen

- eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen

Pädagogische Perspektive

A – Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern

B – Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten

C – Etwas wagen und verantworten

D – Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

E – Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen

F – Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung
 - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- Bewegungsgestaltung (b)
 - Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch)
 - Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)
 - Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte.
- Wagnis und Verantwortung (c)
 - Spannung und Risiko
 - Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst)
 - Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
 - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
- Gesundheit (f)
 - Unfall- und Verletzungsprophylaxe
 - grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.(5.2)
- eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen.(5.3)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen.(5.1)
- Bewegungsgestaltungen und -kombinationen zusammenstellen und präsentieren.(5.2)
- sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern. (5.3)
-

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen.(5.1)
- eine Präsentation – allein oder in der Gruppe – nach ausgewählten Kriterien bewerten.(5.2)

6. Fitnessorientierte Bewegungskünste: z.B. Step Aerobic, Rope-Skipping

Anzahl der Unterrichtsstunden: **10**

Bewegungsfeld 6

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

- Fitnessgymnastik (z.B. Rope-Skipping, Step-Aerobic)

Pädagogische Perspektive

A – Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern

B – Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten

D – Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

F – Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Inhaltsfelder

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
 - Wahrnehmung und Körpererfahrung
 - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
 - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
- Bewegungsgestaltung (b)
 - Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch)
 - Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)
 - Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte.
- Leistung (d)
 - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
- Gesundheit (f)
 - grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern.(5.4)
- ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewagens – auch in der Gruppe – strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern.(6.1)
- in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) – auch in der Gruppe – anwenden und zielgerichtet variieren.(6.2)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen Kompositionen kriteriengeleitet – allein oder in der Gruppe – entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z. B. Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern. (6.1)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.(6.1)
- bewegungsbezogene Klischees (u. a. Geschlechterrollen) in diesem Bewegungsfeld beurteilen.(6.2)

7. Gegeneinander Spielen und gewinnen wollen: Torschussspiele am Beispiel Fußball und/oder Handball

Anzahl der Unterrichtsstunden: **10**

Bewegungsfeld 7

Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

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

Pädagogische Perspektive

E – Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen

Inhaltsfelder

- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
 - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
 - (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen
 - Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Objekte oder Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren.(6.3)
- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren. (7.1)
- das jeweils ausgewählte große Mannschafts- **und** Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern. (7.2)
- konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden.(7.3)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern.(7.1)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.(7.1)
- den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen.(7.2)

8. Entwicklung der Spielfähigkeit im Volleyball

Anzahl der Unterrichtsstunden: 12

Bewegungsfeld 7

Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

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

Pädagogische Perspektive

D – Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

F – Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Inhaltsfelder

- Leistung (d)
 - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
 - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
 - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
 - (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen
 - Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

Kompetenzerwartungen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren. (7.1)
- das jeweils ausgewählte große Mannschafts- und Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern. (7.2)
- konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden.(7.3)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern.(7.1)
- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden.(7.2)
- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen.(7.3)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.(7.1)
- den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen.(7.2)

Exkursionen in der Sek I (fakultativ)

Jgst.	Exkursionsthema	Bewegungsfelder
5 + 6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klettern an/in der Kletterwand 2. Schlittschuhlaufen 3. Schwimmen im Klassenverband 	<p>Körper erfahren und Bewegungsfähigkeit ausprägen</p> <p>Fahren, Gleiten, Rollen, Wintersport</p> <p>Bewegen im Wasser</p>
7	<ol style="list-style-type: none"> 1. Skifahren in der Skihalle 2. 	<p>Fahren, Gleiten, Rollen, Wintersport</p> <p>Fahren, Gleiten, Rollen, Wintersport</p>
8	<ol style="list-style-type: none"> 1. 2. 3. 	
9	<ol style="list-style-type: none"> 1. Besuch eines Fitnessstudios 2. Beachvolleyball auf Sand 3. Klettern im Hochseilgarten 	<p>Den Körper wahrnehmen-Fitnesstraining</p> <p>Andere Sportspielarten kennenlernen</p> <p>Körper erfahren und Bewegungsfähigkeit ausprägen</p>
Jgst- Über- greifend	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wasserskifahren auf einem stehenden Gewässer 2. Kanufahren auf einem Fließgewässer 3. Kletterkurs mit Kletterscheinabschluss 	<p>Fahren, Gleiten, Rollen, Wassersport</p> <p>Fahren, Gleiten, Rollen, Wassersport</p> <p>Körper erfahren und Bewegungsfähigkeit ausprägen</p>