



Schulinterner Unterrichtsplan der Sek. I des Mercator Gymnasium im Fach Sport G8

Unterrichtsvorhaben in den Jahrgangsstufen 5 & 6

Thema des Unterrichtsvorhabens

Im Gleichgewicht sein! – Schulung der Gleichgewichtsfähigkeit durch Balancieren an Stationen

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)

Leitende Pädagogische Perspektiven

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Wahrnehmung und Körpererfahrung; Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Kompetenzerwartung

SuS 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 (5/6 BWK 1.2)
- ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien ansatzweise – auch mit Blick auf Eigenverantwortung – beurteilen (5/6 UK1.1)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Hochgestapelt – So klappen Pyramiden zu zweit und zu dritt

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Bewegen an Geräten – Turnen (5) / Akrobatik

Leitende Pädagogische Perspektiven

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

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)

Kompetenzerwartung

SuS können

- eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten (5/6 BWK 5.1)
- in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden (5/6 BWK 5.4)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Handballspielen – wir trainieren die Grundfertigkeiten Passen, Prellen und Werfen

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7) / Mannschaftsspiel Handball

**Leitende Pädagogische Perspektiven**

Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrung erweitern (A)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Kooperation und Konkurrenz (e) / Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Spiel-
formen); Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen; (Spiel-) Re-
geln und deren Veränderung; Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Be-
wegungen

Kompetenzerwartung

SuS können

- ein großes Mannschaftsspiel in vereinfachter Form mit und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdien-
lich spielen (5/6 BWK 7.4)

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerischen- situa-
tionsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern (5/6 BWK 7.1)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Ringen und Raufen – vertrauen, berühren, kämpfen

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport (9) / Zweikampfformen mit direktem Körperkontakt

Leitende Pädagogische Perspektiven

Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Wahrnehmung und Körpererfahrung

Kooperation und Konkurrenz (e) / Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sport-
formen); soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen

Kompetenzerwartung

SuS können

- normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Part-
nerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen (5/6 BWK 9.1)

- sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und grundlegende Regeln dafür erläutern (5/6 BWK
9.2)

- grundlegende Regeln, Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden (5/6 MK 9.1)

- durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von Techniken zum Erfolg ver-
helfen (5/6 MK 9.2)

- einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten (5/6 UK 9.1)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Wir werden fit – Ausdauer durch Lauftraining

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3) / Formen ausdauernden Laufens

Leitende Pädagogische Perspektiven

Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)

Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Leistung (d) / Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (Ausdauer)



Gesundheit (f) / grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Kompetenzerwartung

SuS können

- beim Laufen eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegend körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben (5/6 BWK 3.3)
- die individuelle Gestaltung des Lauftempos bei einer Mittelzeitausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen (5/6 UK 5.1)

Thema des Unterrichtsvorhabens

So wirfst du weiter! – Beim Spielen an Stationen den Schlagballwurf aus dem Stand üben

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3) / grundlegende leichathletische Disziplinen (Wurf)

Leitende Pädagogische Perspektiven

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Wahrnehmung und Körpererfahrung; Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen; Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

Kompetenzerwartung

SuS können

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen (5/6 BWK 3.1)
- leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen (5/6 BWK 3.2)
- leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (5/6 MK 3.1)
- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen (5/6 UK 3.2)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Links, rechts, links – Hinführung zum Schlagballwurf mit Dreischrittanlauf

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3) / grundlegende leichathletische Disziplinen (Wurf)

Leitende Pädagogische Perspektiven

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Wahrnehmung und Körpererfahrung; Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen; Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

Kompetenzerwartung

SuS können

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen (5/6 BWK 3.1)
- leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen (5/6 BWK 3.2)



- leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (5/6 MK 3.1)
- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (5/6 MK 3.2)
- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen (5/6 UK 3.2)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Wie ein Fisch im Wasser – grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung für sicheres Schwimmen nutzen

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Bewegen im Wasser – Schwimmen (4) / grundlegende Schwimmtechniken

Leitende Pädagogische Perspektiven

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Wahrnehmung und Körpererfahrung

Kompetenzerwartung

SuS 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 (5/6 BWK 4.1)
- einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten (5/6 MK 4.1)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Plantschen war gestern! – Das Element Wasser bewältigen und das Brustschwimmen und Gleiten verbessern

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Bewegen im Wasser / Schwimmen (4) / grundlegende Schwimmtechniken einschließlich Start und Wende

Leitende Pädagogische Perspektiven

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Wahrnehmung und Körpererfahrung; Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen; Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

Kompetenzerwartung

SuS können

- das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Tiefen- und Querachse im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern, sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen. (5/6 BWK 4.1)
- eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik und Start auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen (5/6 BWK 4.2)
- eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I 200m) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigen Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen. (5/6 BWK 4.3)
- einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten. (5/6 MK 4.1)
- Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen. (5/6 UK 4.1)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Wir erfinden ein Kleines Spiel – kreative Spielentwicklung

**Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne**

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen (2) / Kleine Spiele und Pausenspiele

Leitende Pädagogische Perspektiven

Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Kooperation und Konkurrenz (e) / Mit- und Gegeneinander; Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten

Kompetenzerwartung

SuS können

- grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten ausprägen und situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden. (5/6 BWK 2.1)
- Kleine Spiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele – auch eigenverantwortlich-fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen, sowie entsprechende Kriterien benennen und erläutern. (5/6 BWK 2.2)
- Einfache Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern (5/6 MK 2.1)
- Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten. (5/6 UK 2.1)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Turnen wie die Meister – Erfinden kleiner Bewegungsfolgen an klassischen Turngeräten, sich überwinden und die eigenen Bewegungserfahrungen erweitern

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Bewegen an Geräten – Turnen/ Turnen an Geräten

Leitende Pädagogische Perspektiven

Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten (B)
Etwas wagen und verantworten (C)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsgestaltung (b) / Gestaltungsformen

Wagnis und Verantwortung (c) / Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken)

Kompetenzerwartung

SuS können

- eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten. (5 BWK 5.1)
- technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z.B. Rollen, Stützen, Balancieren) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben. (5 BWK 5.2)
- am Boden in einer Grobform spielerisch oder leistungsbezogen rollen, stützen und balancieren. (5 BWK 5.3)
- in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden (5 BWK 5.4)
- den Auf- und Abbau für ein sicheres Bodenturnen selbstständig vollziehen sowie den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten. (5 MK 5.1)
- Sich in turnerischen Lern- und Übungsprozessen auf fachsprachlich grundlegendem Niveau verständigen (5 MK 5.2)
- Turnerisch Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z.B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten. (5 UK 5.1)

Thema des Unterrichtsvorhabens



Das Runde muss mit der Hand in das Eckige! – Kooperieren und sich Verständigen in großen Sportspielen am Beispiel Handball

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7) / Mannschaftsspiele (Handball)

Leitende Pädagogische Perspektiven

Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Kooperation und Konkurrenz (e) / Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Spielformen); Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen; Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten

Kompetenzerwartung

SuS können

- ein großes Mannschaftsspiel in vereinfachter Form mit und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen (6 BWK 7.4)
- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerischen- situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern (6 BWK 7.1)
- sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen/Mitspielern und Gegnerinnen/Gegner taktisch angemessen verhalten. (6 BWK 7.2)
- grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären. (6 BWK 7.3)
- grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden. (6 MK 7.2)
- einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und anwenden. (6 MK 7.1)
- Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z.B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen. (6 UK 7.1)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Aerobic/Step-Aerobic – Erarbeitung und Präsentation einer rhythmischen Bewegungsfolge

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6) / Fitnessgymnastik (Aerobic)

Leitende Pädagogische Perspektiven

Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsgestaltung (b) / Gestaltungsformen und –kriterien (individuell und gruppenspezifisch); Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)

Kompetenzerwartung

SuS können

- ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern
- in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) – auch in der Gruppe – anwenden und zielgerichtet variieren
- 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
- die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen



Unterrichtsvorhaben in den Jahrgangsstufen 7 & 8

Thema des Unterrichtsvorhabens

Trainieren wie die Profis! – Ausdauer testen und selbstständig trainieren lernen

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3) / Formen ausdauernden Laufens

Leitende Pädagogische Perspektiven

Das Leisten erfahren und verantworten (D)

Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Leistung (d) / Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (Ausdauer); Methoden zur Leistungssteigerung; differenziertes Leistungsverständnis z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)

Gesundheit (f) / grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Kompetenzerwartung

SuS können

- beim Laufen eine Langzeitausdauerleistung (LZA I bis 30 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben (7/8 BWK 3.3)
- selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z. B. tabellarisch, grafisch) erfassen (7/8 MK 3.2)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Der absolute Mannschaftssport – Eine Einführung in die Sportart Flag-Football

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Spielen in und mit Regelstrukturen _ Sportspiele (7) / Mannschaftsspiele

Leitende Pädagogische Perspektiven

Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E) / Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Kooperation und Konkurrenz (e) / Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)

Kompetenzerwartung

SuS können

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (7/8 BWK 7.1)
- konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden (7/8 BWK 7.2)
- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden (7/8 MK 7.2)
- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen (7/8 MK 7.3)
- den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen (7/8 UK 7.1)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Spiel, Satz, Sieg! – Erlernen grundlegender Techniken im Tischtennis

**Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne**

Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7) / Partnerspiele (Tischtennis)

Leitende Pädagogische Perspektiven

Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrung erweitern (A)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Kooperation und Konkurrenz (e) / Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Spiel-
formen); Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Be-
wegungen

Kompetenzerwartung

SuS können

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (7/8 BWK 7.1)

- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern so-
wie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen (7/8 MK 7.3)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Wie komme ich noch schneller durchs Wasser – Einführung in das Kraulschwimmen

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Bewegen im Wasser – Schwimmen (4) / grundlegende Schwimmtechniken

Leitende Pädagogische Perspektiven

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrung erweitern (A)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Wahrnehmung und Körpererfahrung; Informationsaufnahme
und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Kompetenzerwartung

SuS können

- Technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauchlage sicher anwenden (7/8 BWK 4.1)

- Eine Wechselzugtechnik in Ansätzen und eine Gleichzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik ein-
schließlich Start und (Kipp-)Wende sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimm-
techniken beschreiben, einzelnen Phasen zuordnen und in ihrer Funktion erläutern (7/8 BWK 4.2)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Geräturnen – an unterschiedlichen Turngeräten sicher turnen

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Bewegen an Geräten – Turnen (5) / Turnen an Geräten

Leitende Pädagogische Perspektiven

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Etwas wagen und verantworten (C)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Wahrnehmung und Körpererfahrung; Informationsaufnahme
und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen; Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motori-
schen Lernens



Wagnis und Verantwortung (c) / Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst); Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)

Kompetenzerwartung

SuS können

- an Turngeräten (u.a. Boden, Sprunggerät, Reck **oder** Stufenbarren, Balken **oder** Parallelbarren) oder Geräte-kombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau norm- ungebunden **oder** normgebunden ausführen und verbinden (7/8 BWK 5.1)
- an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen so-wie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (7/8 BWK 5.2)
- eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen (7/8 BWK 5.3)
- zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern (7/8 BWK 5.4)
- in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verant-wortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen (7/8 MK 5.1)
- Bewegungsgestaltungen und -kombinationen zusammenstellen und präsentieren (7/8 MK 5.2)
- sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern (7/8 MK 5.3)
- Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen (7/8 UK 5.1)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Sich selbst und andere retten können – Gefahren im Wasser sicher begegnen

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Bewegen im Wasser – Schwimmen (4) – Rettungsschwimmen

Leitende Pädagogische Perspektiven

Etwas wagen und verantworten (C)

Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Wagnis und Verantwortung (c) / Spannung und Risiko; Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst)

Gesundheit (f) / Unfall- und Verletzungsprophylaxe

Kompetenzerwartung

SuS können

- Maßnahmen zur Selbstrettung und einfache Formen der Fremdrettung benennen, erläutern und anwenden (7/8 BWK 4.1)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Aufwärmen ist Pflicht! – grundlegende Prinzipien des Auf- und Abwärmens funktionsgerecht und strukturiert durchführen

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1) / Auf- und Abwärmen; Funktionsgymnastik; Entspannungsmethoden

Leitende Pädagogische Perspektiven

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Wahrnehmung und Körpererfahrung



Gesundheit (f) / Unfall- und Verletzungsprophylaxe; grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Kompetenzerwartung

SuS können

- sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen (7/8 BWK 1.1)
- eine komplexere Entspannungstechnik ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben (7/8 BWK 1.3)
- einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten (7/8 MK 1.1)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Wir kämpfen mit- und gegeneinander, aber nach Regeln

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport (9) / normungebundene Kampfformen oder Zweikampfformen mit direktem Körperkontakt; Wurf- und Falltechniken

Leitende Pädagogische Perspektiven

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

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Wahrnehmung und Körpererfahrung; Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen; Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

Wagnis und Verantwortung (c) / Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)

Kompetenzerwartung

SuS können

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (z. B. Techniken zum Fallen, Halten und Befreien) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z. B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und in ihrer Funktion erläutern (7/8 BWK 9.1)
- mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen (7/8 BWK 9.2)
- Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten (7/8 MK 9.1)
- kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben (7/8 MK 9.2)
- die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen (7/8 UK 9.1)
- Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen. (7/8 UK 9.2)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Handgerät: Rope / Seil - Erarbeitung und Präsentation einer Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung ästhetischer Kriterien (Raum, Dynamik, Synchronität und Kreativität)

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6) / Gymnastik - Tanz mit einem Handgerät (Rope)

Leitende Pädagogische Perspektiven

Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)
Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrung erweitern

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsgestaltung (b) / Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch); Variation von Bewegung (u.a. zeitlich, räumlich, dynamisch)



Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Gestaltungsanlässe und Gestaltungsthemen; Wahrnehmung und Körpererfahrung; Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Kompetenzerwartung

SuS können

- ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern (7/8 BWK 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 (7/8 BWK 6.2)
- Objekte oder Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungs- handeln integrieren (7/8 BWK 6.3)
- 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 (7/8 MK 6.1)
- die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen (7/8 UK 6.1)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Badminton ist kein Federball! – Einführung in die Rückschlagsportart Badminton

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7) / Partnerspiele (Badminton)

Leitende Pädagogische Perspektiven

Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Kooperation und Konkurrenz (e) / Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen); Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

Kompetenzerwartung

SuS können

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (7/8 BWK 7.1)
- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen (7/8 MK 7.3)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Warum die Looney Tunes gegen die Nerdluks gewinnen – Erwerb der grundlegenden Voraussetzungen zur gemeinsamen Ausübung des Sportspiels Basketball

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7) / Mannschaftsspiele (Basketball)

Leitende Pädagogische Perspektiven

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

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Wahrnehmung und Körpererfahrung; Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen; Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

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)

Kompetenzerwartung

SuS können

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (7/8 BWK 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 (7/8 BWK 7.2)
- konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden (7/8 BWK 7.3)
- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden (7/8 MK 7.2)
- den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen (7/8 UK 7.2)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Von Flop bis Straddle – Hochsprungstile erproben

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3) / grundlegende leichathletische Disziplinen

Leitende Pädagogische Perspektiven

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

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Wahrnehmung und Körpererfahrung; Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen; Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

Kompetenzerwartung

SuS können

- eine neu erlernte leichathletische Disziplin (z. B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen (7/8 BWK 3.2)
- selbstständig für die Verbesserung der leichathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs erfassen (7/8 MK 3.2)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Da steckt Wucht dahinter! – Vom Werfen mit dem Medizinball zum Kugelstoßen

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3) / grundlegende leichathletische Disziplinen

Leitende Pädagogische Perspektiven

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

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Wahrnehmung und Körpererfahrung; Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen; Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

Kompetenzerwartung

SuS können

- eine neu erlernte leichathletische Disziplin (z. B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen (7/8 BWK 3.2)



- selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs erfassen (7/8 MK 3.2)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Body-Workout – allgemeine Ganzkörperkräftigung im Stationsbetrieb

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1) / Fitnesstraining

Leitende Pädagogische Perspektiven

Das Leisten verstehen, erfahren und einschätzen (D)

Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Leistung (d) / Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (Kraft); Methoden zur Leistungssteigerung

Gesundheit (f) / Unfall- und Verletzungsprophylaxe; grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens; unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive

Kompetenzerwartung

SuS können

- ich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen (7/8 BWK 1.1)

- ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen (7/8 UK 1.1)

- gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen (7/8 UK 1.2)

Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 9

Thema des Unterrichtsvorhabens

Turnen mal anders - Bewältigung einer selbst entwickelten Gerätekombination allein oder in der Gruppe auf der Basis normierter und nicht-normierter Übungen (Parkour)

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne



Bewegen an Geräten – Turnen (5) / Turnen an Gerätebahnen oder –kombinationen

Leitende Pädagogische Perspektiven

Etwas wagen und verantworten (C)

Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

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)

Bewegungsgestaltung (b) / Gestaltungsformen und –kriterien; Variationen von Bewegung

Kompetenzerwartung

SuS 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 (9 BWK 5.1)
- an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (9 BWK 5.2)
- eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen (9 BWK 5.3)
- zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern (9 BWK 5.4)
- Bewegungsgestaltungen und -kombinationen zusammenstellen und präsentieren (9 MK 9.2)
- Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen (9 UK 9.1)
- eine Präsentation – allein oder in der Gruppe – nach ausgewählten Kriterien bewerten (9 UK 9.2)

Thema des Unterrichtsvorhabens

„Den nehme ich mal so richtig volley!“ – grundlegende Spielfertigkeiten und –fähigkeiten im Rückschlagspiel Volleyball kennenlernen und anwenden

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7) / Mannschaftsspiele (Volleyball)

Leitende Pädagogische Perspektiven

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen; Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens Kooperation und Konkurrenz (e) / Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen); (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen

Kompetenzerwartung

SuS können

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (9 BWK 7.1)
- das jeweils ausgewählte große Mannschafts- und Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen so- wie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern (9 BWK 7.2)
- Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern (9 MK 7.1)
- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden (9 MK 7.2)
- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen (9 UK 7.1)

**Thema des Unterrichtsvorhabens**

„Wie kann ich noch fitter werden?“ – Trainingsmethoden am Beispiel des Ausdauertrainings

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1) / Fitness- und Konditionstraining

Leitende Pädagogische Perspektiven

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Das Leisten verstehen, erfahren und einschätzen (D)

Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Leistung (d) / Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit; Methoden zur Leistungssteigerung; differenziertes Leistungsverständnis

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Wahrnehmung und Körpererfahrung

Gesundheit (f) / grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Kompetenzerwartung

SuS können

- ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen – auch unter Druckbedingungen – zeigen (9 BWK 1.2)
- 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 (9 MK 1.2)
- ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen - auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen (9 UK 1.1)
- gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen. (9 UK 1.2)

Thema des Unterrichtsvorhabens

New Games – Einführung in das Sportspiel Ultimate Frisbee (o.a.)

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen (2) / Kleine Spiele und Pausenspiele

Leitende Pädagogische Perspektiven

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Kooperation und Konkurrenz (e) / Mit- und Gegeneinander; (Spiel-) Regeln und deren Veränderungen

Kompetenzerwartung

SuS können

- spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch- kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden (9 BWK 2.1)
- in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln (9 BWK 2.2)



- Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personen-
zahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen
und zielgerichtet verändern (9 MK 2.1)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Let's dance! – Erarbeitung und Präsentation einer Tanz- Choreographie

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6) - Tanzen in unterschiedlichen Erschei-
nungsformen

Leitende Pädagogische Perspektiven

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten (B)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) / Wahrnehmung und Körpererfahrung

Bewegungsgestaltung (b) / Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch; Variationen
von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)

Kompetenzerwartung

SuS können

- ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – strukturgerecht
ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern (9
BWK 6.1)

- in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Be-
wegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) – auch in der
Gruppe – anwenden und zielgerichtet variieren (9 BWK 6.2)

- bewegungsbezogene Klischees (u. a. Geschlechterrollen) in diesem Bewegungsfeld beurteilen (9 UK 6.2)

Thema des Unterrichtsvorhabens

Das Hindernis als Herausforderung – Hürdenlaufen

Bewegungsfelder & Sportbereiche / Inhaltliche Kerne

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3) / grundlegende leichtathletische Disziplinen

Leitende Pädagogische Perspektiven

Etwas wagen und verantworten (C)

Inhaltsfelder / Inhaltliche Schwerpunkte

Wagnis und Verantwortung (c) / Spannung und Risiko; Handlungssteuerung

Kompetenzerwartung

SuS können

- eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z. B. Hürdenlauf) in der Grobform ausführen (9 BWK 3.2)