

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Kompetenzerwartungen	Unterrichtsvorhaben/ Inhaltsfelder	Obligatorik	Bemerkungen Leistungskontrollen
1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	<p>Psycho-physische Leistungsfähigkeit (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) nachweisen, beschreiben, einschätzen und beurteilen [BWK, UK]</p> <p>Grundlegende Entspannungstechnik ausführen sowie den Aufbau und die Funktion beschreiben [BWK]</p>	<p>u: Wahrnehmungsschulung im visuellen, taktilen, auditiven und kinästhetischen Bereich.</p> <p>u: Im Gleichgewicht sein, balancieren können.</p> <p style="text-align: center;">A, C, D, F</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmungsparcours; Blindenspiele; • Fitness- und Konditionsübungen. • Balancierübungen mit und ohne Gerät. • Spannungs- und Entspannungsübungen (z.B. Phantasiereisen). 	
2. Spielen entdecken und Spielräume nutzen	<p>Technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten in kleinen Spielen anwenden [BWK]</p> <p>Faires, teamorientiertes und sicherheitsbewusstes Miteinanderspielen: [BWK, MK, UK]</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kriterien benennen, erläutern und bewerten - Spielideen und -regeln anpassen (Raum, Zeit, Spieler, Material) - Bewegungsspiele initiieren und eigenverantwortlich durchführen 	<p>u: Spielmöglichkeiten auf unserem Schulhof entdecken und gestalten.</p> <p>u: Verschiedene hockeyähnliche Spielformen entdecken und verändern.</p> <p style="text-align: center;">A, D; E</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lauf- und Fangspiele; • Spiele mit vorgegebenem Raum und kleinem Gerät (Ball, Seil, Wand). • z.B. Schuhhockey; Ringhockey; Unihockey; Scheibenhockey 	Entdeckung von Spielräumen auf und um das Schulgelände herum. Entdecken neuer (alter) Spiele.
3. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	<p>Grundlegende technisch-koordinative Anforderungen leichtathletischer Disziplinen ausführen und beurteilen [BWK, UK]</p> <p>Einen leichtathletischen Dreikampf durchführen [BWK]</p> <p>Gesundheitsorientierte Formen des ausdauernden Laufens erbringen, körperliche Reaktionen beschreiben und beurteilen [BWK, UK]</p>	<p>U/Z: Laufen, Springen, Werfen vielfältig erfahren und in altersgemäßen Wettkampfformen überprüfen.</p> <p style="text-align: center;">A; D; F</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Schnell laufen aus verschiedenen Startpositionen (Tiefstart) in unterschiedlichen Formen; • Hoch und weit springen unter besonderer Betonung der Absprungschulung; • Vielfältige Wurfformen mit unterschiedlichen Materialien. • Mittelzeitausdauerlauf (bis zu 10 min.). 	<p>Vorbereitung auf die BDJS, das Sportabzeichen und evtl. auf ein Sportfest.</p> <p><i>Wertungstabelle LA aus: Schriftenreihe DSLV, Heft 20, Schulsport-Mehrkampf, Mannheim 1999</i></p>
4. Bewegen im Wasser – Schwimmen	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt

<p>5. Bewegen an Geräten - Turnen</p>	<p>Grundlegende Körperspannung aufbauen und halten [BWK]</p> <p>An den Geräten in der Grobform rollen, stützen, balancieren, springen, hängen und schwingen und Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen verbinden [BWK]</p> <p>Technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben [BWK]</p> <p>Sicherheitsbewusstes Verhalten kennen und anwenden (Auf-/Abbau, Sichern und Helfen) [BWK, MK]</p> <p>Verantwortungsbewusstes Handeln in Wagnissituationen erlernen [BWK]</p>	<p>U: Grundlegende Bewegungsmöglichkeiten erproben und erfahren an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen.</p> <p>U: Erweiterung des Bewegungskönnen an Geräten, Gerätekombinationen durch Erarbeitung von gegenseitiger Hilfe- und Sicherheitsstellung.</p> <p><i>A, B, C, D, E, F</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung von turnerischen Basiselementen. • Entwicklung von elementarer Kompetenz im Helfen und Sichern. 	<p>Vorbereitung auf die BDJS Turnen (Stufe 6); Vorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Sportfest, Projekttag etc.).</p>
<p>6. Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste</p>	<p>Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewe-gens ausführen, erarbeiten, beschreiben, präsentieren und bewerten [BWK, MK, UK]</p> <p>Grundlegende Merkmale von Bewegungsgestaltung (u.a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung, Aufstellungsformen) kennen lernen und anwenden [BWK]</p>	<p>U: Handgeräte und Objekte als Anlass für Gestaltungsprozesse.</p> <p><i>A, B, E</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mit Objekten (z.B. Schwungtuch, Keulen, Bälle, Teppichfliesen, Luftballons, Reifen, Seile etc.) gestalterisch umgehen: rhythmische oder räumliche Ausgestaltung, Erstellen von Bewegungsverbindungen und –variationen, auch zu Musik. 	<p>Vorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Sportfest, Projekttag etc.).</p>
<p>7. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>	<p>Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen (auch grafische Darstellungen) und erläutern [BWK, MK]</p> <p>Grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären [BWK]</p> <p>Mindestens ein Partnerspiel fair spielen [BWK]</p>	<p>U: Grundlagen für Ballspiele vielfältig erlernen, üben und anwenden.</p> <p>u: Rückschlagspiele mit dem Partner kennen lernen.</p> <p><i>A, D, E</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Schaffung von Voraussetzungen für Spielfähigkeit; Verbesserung Koordination; • Raum, Mit- und Gegenspieler wahrnehmen (Prellen, Fangen, Schießen, Werfen, Passen, Pritschen); • Handlungsabsichten signalisieren und antizipieren; • Tischtennis mit verschiedenen Schlägern und Bällen, z.B. Beach-Ball... . 	<p>Schwerpunktbildung aufgrund bestehender Kooperation mit ortsansässigen Sportvereinen; Vorbereitung auf die Hallensportwoche; Teilnahme an „Jugend trainiert für Olympia“.</p>
<p>8. Gleiten, Fahren, Rollen</p>	<p>Aufgrund fehlender Rahmenbedingungen gilt die Empfehlung, Exkursionen mit entsprechenden Inhaltsbereichen durchzuführen (z.B. in Klasse 7); Berücksichtigung des Inhaltsbereiches bei Klassenfahrten.</p>			

<p>9. Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</p>	<p>Normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen [BWK]</p> <p>Grundlegende Regeln für Kampfsituationen erläutern, sich regelgerecht und fair verhalten sowie die Einhaltung von Regeln bewerten [BWK, MK, UK]</p>	<p>u: Vom Raufen zum Kämpfen nach Regeln.</p> <p><i>A, E</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Übungen zur Vertrauensbildung; • Übungen zur Körperspannung und Körperwahrnehmung; • Gemeinsames Festlegen von Regeln und Verhaltensweisen; • Spiele mit Körperkontakt. 	
<p>Stundenzahl: 90</p>				
<p><u>Sportveranstaltungen:</u> BDJS, Sportfest, Hallensportwoche, Arbeitsgemeinschaften, Sportgala, Schwimmfest, Sportabzeichen; teilweise in Kooperation mit ortsansässigen Sportvereinen.</p>				

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Kompetenzerwartungen	Unterrichtsvorhaben/ Inhaltsfelder	Obligatorik	Bemerkungen Leistungskontrollen
1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Sachgerechtes allgemeines Aufwärmen – allgemeine Aufwärmprinzipien anwenden [BWK, MK]	u: Hangeln, Klettern und Schwingen. A, C, D, F	<ul style="list-style-type: none"> • Bedeutung des funktionellen, allgemeinen Aufwärmens. • Fitness- und Konditionsübungen; • Einsatz unterschiedlicher Gerätschaften: Ringe, Taue, Klettergerüste, Sprossenwände, Trapez, 	
2. Spielen entdecken und Spielräume nutzen	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt
3. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	<p>Einen leichtathletischen Dreikampf durchführen [BWK]</p> <p>Leichtathletische Messverfahren, Übungs- und Wettkampfanlagen kennen lernen [MK]</p> <p>Gesundheitsorientierte Formen des ausdauernden Laufens erbringen, körperliche Reaktionen beschreiben und beurteilen [BWK, UK]</p>	U: Durch Üben zur Verbesserung der individuellen Leistung in den leichtathletischen Grundformen gelangen. A, D, E, F	<ul style="list-style-type: none"> • Schnell laufen aus verschiedenen Startpositionen (Tiefstart) in unterschiedlichen Formen; • Über Hindernisse laufen und springen; • Hoch und weit springen unter besonderer Betonung der Absprungschulung; • Vielfältige Wurfformen mit unterschiedlichen Materialien. • Mittelzeitausdauerlauf (bis zu 10 min.). 	<p>Vorbereitung auf die BDJS, das Sportabzeichen und evtl. auf ein Sportfest.</p> <p>Wertungstabelle LA aus: Schriftenreihe DSLV, Heft 20, Schulsport-Mehrkampf, Mannheim 1999</p>
4. Bewegen im Wasser – Schwimmen (1)	<p>Das unterschiedliche Verhalten des Körpers im und unter Wasser wahrnehmen, Gesetzmäßigkeiten erläutern [BWK]</p> <p>Wechselzug- und Gleichzugtechniken in Bauch- und Rückenlage einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen [BWK]</p>	U: Fortbewegungsmöglichkeiten im Wasser mit schwerpunktmäßiger Schulung der Schwimmtechniken Kraul und Rückenkraul [A, D, F]	<ul style="list-style-type: none"> • Gleitend schwimmen und ruhig atmen üben; • die Schwimmtechniken mit Schwimmhilfen verbessern; • schwimmstilspezifische Wenden und Starts kennen lernen, üben und verbessern; • Verbesserung der Schnelligkeit. 	<p>25m-Zeit in einer der beiden frei gewählten Techniken (Tabelle Schwimmen aus: Schriftenreihe DSLV, Heft 20, Schulsport-Mehrkampf, Mannheim 1999); Technikbeurteilung in beiden Techniken; Starts und Wenden; [50m-Zeit in einer frei gewählten Technik];</p>

<p>4. Bewegen im Wasser – Schwimmen (2)</p>	<p>Gesundheitsorientierte Formen des ausdauernden Schwimmens erbringen [BWK]</p> <p>Springen und Tauchen funktionsgerecht durchführen [BWK]</p> <p>Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen kennen, einhalten und beurteilen [BWK, MK, UK]</p> <p>Angstbewältigung [MK]</p>	<p>U: Eine Schwimmart auswählen und ausdauernd schwimmen lernen [D, F]</p> <p>U: Die Vielfalt des Bewegens im Wasser entdecken.</p> <p>[A, B, C, D, E]</p> <p>[U: Ablegung der Jugendschwimmabzeichen.]</p>	<ul style="list-style-type: none"> • eine individuell passende Ausdauerschwimmtechnik finden; • in Kleingruppen üben, sich gegenseitig unterstützen; • Puls- und Zeitmessungen durchführen; • Verbesserung der Ausdauer (MZA I bis 10 min. – LZA I bis zu 30 min.). • Wasserspringen; • Sprünge aus verschiedenen Höhen mit und ohne Anlauf; • Tief- und Streckentauchen. • Spielformen mit und ohne Gerät; • Bewegungsgestaltung im Wasser. 	<p><i>Cooper-Test 15 Min. Dauerschwimmen mit erlaubtem Stilwechsel (Streckentabelle s. Ihl/Kos 01.2003)</i></p> <p><i>Ausführung von Sprüngen nach vereinbarten Kriterien; Strecken-tauchen (Tabelle BJS-Schwimmen 2001); Ringetauchen, Regeln akzeptieren, Kreativität, kognitive Beiträge;</i></p> <p>Vorbereitung aufs Schwimmfest.</p> <p>[Erwerb der Jugendschwimmabzeichen.]</p>
<p>5. Bewegen an Geräten - Turnen</p>	<p>An den Geräten in der Grobform rollen, stützen, balancieren, springen, hängen und schwingen und Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen verbinden [BWK]</p> <p>Technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben [BWK]</p> <p>Sicherheitsbewusstes Verhalten kennen und anwenden (Auf-/Abbau, Sichern und Helfen) [BWK, MK]</p> <p>Verantwortungsbewusstes Handeln in Wagnissituationen erlernen [BWK]</p> <p>Turnerische Fachsprache kennen und nutzen [MK]</p> <p>Turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien bewerten [UK]</p>	<p>U: Kombination von Turnelementen zu kleinen Übungen an ausgewählten Geräten/Gerätekombinationen unter besonderer Berücksichtigung von Bewegungsfluss und Körperspannung.</p> <p><i>A, B, C, D, E, F</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Körperkontrolle bei elementaren Fertigkeiten • Wettbewerb Turnen der Bundesjugendspiele als Projekt am Nachmittag. 	<p>Vorbereitung auf die BDJS Turnen (Stufe 6); Vorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Sportfest, Projekttag etc.).</p>
<p>6. Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik / Tanz, Bewegungs-</p>	<p>Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens ausführen, erarbeiten, beschreiben, präsentieren und bewerten [BWK, MK, UK]</p> <p>Grundlegende Merkmale von Bewegungsgestaltung (u.a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung,</p>	<p>U: Bewegungstheater</p> <p><i>A, B, E</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmungssensibilisierung; • Erarbeitung von Bewegungsfertigkeiten (Pantomime, Zeitraffer, Zeitlupe, etc.); • Improvisation und Komposition von Spielszenen. 	<p>Vorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Sportfest, Projekttag etc.).</p>

künste	Aufstellungsformen) kennen lernen und anwenden [BWK]			
7. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	<p>Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen (auch grafische Darstellungen) und erläutern [BWK, MK]</p> <p>Sich in einfachen Handlungssituationen taktisch angemessen verhalten (inklusive Kommunikationsformen) sowie diese beurteilen [BWK, MK, UK]</p> <p>Grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären [BWK]</p> <p>Mindestens ein großes Mannschaftsspiel fair und mannschaftsdienlich spielen [BWK]</p>	<p>U: Erweiterung der erworbenen Spielfähigkeit durch Anwendung in komplexeren Spielsituationen</p> <p>U: Grundlagen zum Basketball- und Volleyballspiel erlernen.</p> <p><i>A, D, E</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fortführung der Vermittlung von allgemeiner Spielfähigkeit. 	Schwerpunktbildung aufgrund bestehender Kooperation mit ortsansässigen Sportvereinen; Vorbereitung auf die Hallensportwoche; Teilnahme an „Jugend trainiert für Olympia“.
8. Gleiten, Fahren, Rollen	Aufgrund fehlender Rahmenbedingungen gilt die Empfehlung, Exkursionen mit entsprechenden Inhaltsbereichen durchzuführen (z.B. in Klasse 7); Berücksichtigung des Inhaltsbereiches bei Klassenfahrten.			
9. Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	<p>Normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen [BWK]</p> <p>Grundlegende Regeln für Kampfsituationen erläutern, sich regelgerecht und fair verhalten sowie die Einhaltung von Regeln bewerten [BWK, MK, UK]</p> <p>Durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partnern beim Erlernen von Techniken zum Erfolg verhelfen [MK]</p>	<p>u: Kämpfen in Bodenlage – im Gegeneinander kooperieren.</p> <p><i>A, C, E</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Siehe Jahrgangsstufe 5: Gemeinsames Festlegen von Regeln und Verhaltensweisen; Spiele mit Körperkontakt; Übungen zur Vertrauensbildung; Übungen zur Körperspannung und Körperwahrnehmung; • Partnerkämpfe mit und ohne Gerät. 	Eventuell Hinzuziehen von Fachübungsleitern.
Stundenzahl: 90				
Sportveranstaltungen: BDJS, Sportfest, Hallensportwoche, Arbeitsgemeinschaften, teilweise in Kooperation mit ortsansässigen Sportvereinen. Sportgala, Schwimmfest, Sportabzeichen;				

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Kompetenzerwartungen	Unterrichtsvorhaben/ Inhaltsfelder	Obligatorik	Bemerkungen
1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	<p>Selbstständiges, funktionales allgemeines und sportartspezifisches Aufwärmen [BWK, MK, UK]</p> <p>Psycho-physische Leistungsfähigkeit (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) weiterentwickeln, nachweisen und beurteilen [BWK, MK, UK]</p>	<p>U: Klettern.</p> <p><i>D, E, F</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bedeutung des funktionellen, sportartspezifischen Aufwärmens. ○ Top-Rope-Climbing unter Berücksichtigung aller Sicherheitsaspekte. 	
2. Spielen entdecken und Spielräume nutzen	<p>Spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten in kleinen Spielen weiter entwickeln und anwenden [BWK]</p> <p>Situationsgerechtes Handeln [BWK]</p> <p>Rahmenbedingungen zielgerichtet verändern [MK]</p>	<p>U: Kleine Wurfspiele mit der Frisbee-Scheibe – miteinander und gegeneinander.</p> <p><i>A, D, E</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ultimate-Frisbee; • Partner- und Gruppenspiele miteinander erfinden (Freestyle, Golf etc.). 	Entdecken neuer (alter) Spiele.
3. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	<p>Erweiterte technisch-koordinative Anforderungen leichtathletischer Disziplinen ausführen, erläutern und beurteilen [BWK, UK]</p> <p>Neue leichtathletische Disziplinen in der Grobform ausführen [BWK]</p> <p>Leichtathletische Leistungsfähigkeit trainieren und dokumentieren [MK]</p>	<p>U/Z: Gemeinsamkeiten und Unterschiede bei Sprüngen in die Höhe und in die Weite erleben.</p> <p><i>A, D, F</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Techniken zum Hoch springen; • Grobform der Flop-Technik; • Analyse leistungs-begrenzender Parameter von Hoch- und Weitsprungtechniken. 	Vorbereitung auf die BDJS, das Sportabzeichen und evtl. auf ein Sportfest.
4. Bewegen im Wasser – Schwimmen	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt
5. Bewegen an Geräten - Turnen	<p>An Turngeräten und Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden [BWK]</p> <p>Gruppengestaltungen entwickeln, einüben,</p>	<p>U: Wiederholen und Festigen von turnerischen Grundelementen; Möglichkeiten zum Turnen in Gruppen an selbstgewählten Geräten / Gerätekombinationen entwickeln bis zur Präsentation.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Einbeziehen des Partners und der Gruppe in Bewegungsfolgen. 	Vorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Sportfest, Projekttag etc.).

	<p>präsentieren und bewerten - Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen [BWK, MK, UK]</p> <p>Sicherheits- und Hilfestellung situationsgerecht leisten [BWK]</p>	A, B, C, D, E, F		
6. Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste	<p>Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens auch mit Objekten oder Materialien mit erhöhtem Schwierigkeitsgrad und erhöhter Komplexität ausführen, erarbeiten, erläutern, präsentieren und beurteilen [BWK, MK, UK]</p> <p>Bewegungsbezogene Klischees (u.a. Geschlechterrollen) beurteilen [UK]</p>	<p>U: Kunststücke mit Geräten – eine Kür erfinden und präsentieren.</p> <p>A, B, E, F</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kunststücke mit Geräten (z.B. Jonglage, Rope Skipping, Double Dutch, Kunststücke mit dem Fuß-, Basket- oder Volleyball) gemeinsam finden und in eine Präsentation einbringen; variantenreiche, rhythmische Verbindung von Bewegungselementen. 	Vorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Sportfest, Projekttag etc.).
7. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	<p>Sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen, erläutern (Abbildungen) und bewerten sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren [BWK, MK, UK]</p> <p>Mannschafts- und Partnerspiele auf fortgeschrittenem Spielniveau spielen und reflektieren (inklusive Kommunikationsformen) [BWK]</p> <p>Funktion von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden [BWK, MK]</p> <p>Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen [MK]</p> <p>Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen [UK]</p>	<p>U: Entwicklung der Spielfähigkeit unter Einbeziehung von Schlägern.</p> <p>U: Vom Miteinander zum Gegeneinander volley spielen; Einführung des Volleyballspiels zur Grundlagenerweiterung und zur Förderung individueller Stärken im Spiel 4:4.</p> <p>U: Entwicklung der Spielfähigkeit beim Ballspiel mit den Händen.</p> <p>A, D, E</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Einführung von Hockey, Unihockey. • Mannschaftsspiel als Rückschlagspiel. • Einführung von Handball. 	Schwerpunktbildung aufgrund bestehender Kooperation mit ortsansässigen Sportvereinen; Vorbereitung auf die Hallensportwoche; Teilnahme an „Jugend trainiert für Olympia“.
8. Gleiten, Fahren, Rollen	Aufgrund fehlender Rahmenbedingungen gilt die Empfehlung, Exkursionen mit entsprechenden Inhaltsbereichen durchzuführen; Berücksichtigung des Inhaltsbereiches bei Klassenfahrten.			
9. Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt

Stundenzahl: 90

Sportveranstaltungen: BDJS, Sportfest, Hallensportwoche, Sportgala, Schwimmfest, Sportabzeichen; Arbeitsgemeinschaften, teilweise in Kooperation mit ortsansässigen Sportvereinen.

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Kompetenzerwartungen	Unterrichtsvorhaben/ Inhaltsfelder	Obligatorik	Bemerkungen
<p>1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</p>	<p>Psycho-physische Leistungsfähigkeit (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) weiterentwickeln, nachweisen und beurteilen: [BWK, MK, UK]</p> <ul style="list-style-type: none"> - Handlungspläne/Methoden zur Verbesserung benennen, entwerfen und umsetzen - unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben und beurteilen (u.a. vertretbare und fragwürdige Körperideale) <p>Selbstständiges, funktionales allgemeines und sportartspezifisches Aufwärmen [BWK, MK, UK]</p>	<p>u: Atem und Puls als Zeichen richtiger Belastung erfahren und begreifen.</p> <p style="text-align: center;"><i>D, F</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Belastungsformen wählen und mit Pulsfrequenzmessungen kontrollieren. 	<p>Angestrebt wird u.a. die Kooperation mit dem Fach Biologie im Bereich Fitness.</p>
<p>2. Spielen entdecken und Spielräume nutzen</p>	<p>Spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten in kleinen Spielen weiter entwickeln und anwenden [BWK]</p> <p>Spiele aus anderen Kulturen einordnen, spielen und beurteilen [BWK, UK]</p> <p>Situationsgerechtes Handeln [BWK]</p> <p>Rahmenbedingungen zielgerichtet verändern [MK]</p>	<p>u: Kennen lernen verschiedener Spiele aus anderen Kulturen.</p> <p style="text-align: center;"><i>A, D, E</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Beispielhaft: Indiac, Korbball, Korbball, Schlagball, Baseball, Faustball, Gaelic Football etc. 	<p>Entdecken neuer (alter) Spiele.</p>
<p>3. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</p>	<p>Erweiterte technisch-koordinative Anforderungen leichtathletischer Disziplinen ausführen, erläutern und beurteilen [BWK, UK]</p> <p>Neue leichtathletische Disziplinen in der Grobform ausführen [BWK]</p> <p>Einen leichtathletischen Mehrkampf (auch in Mannschaften) organisieren, durchführen und auswerten [BWK, MK]</p> <p>Leichtathletische Leistungsfähigkeit trainieren und dokumentieren [MK]</p>	<p>U/Z: Absolute und relative Leistung – Vorbereiten und durchführen von „gerechten“ leichtathletischen Wettkämpfen.</p> <p style="text-align: center;"><i>A, D, E, F</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hinführen zum selbständigen Trainieren; • Dreikampf: <ul style="list-style-type: none"> - Weit- oder Hochsprung, - 75m-Sprint, - Kugel (m. 4 kg, w. 3 kg); • Vergleich der absoluten zur relativen Leistung. 	<p>Vorbereitung auf die BDJS, das Sportabzeichen und evtl. auf ein Sportfest.</p>
<p>4. Bewegen im Wasser – Schwimmen</p>	<p style="text-align: center;">entfällt</p>	<p style="text-align: center;">entfällt</p>	<p style="text-align: center;">entfällt</p>	<p style="text-align: center;">entfällt</p>

<p>5. Bewegen an Geräten - Turnen</p>	<p>An Turngeräten und Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden [BWK]</p> <p>Wagnissituationen auf der Basis der individuellen Leistungsvoraussetzungen beurteilen und bewältigen [BWK, UK]</p> <p>Gruppengestaltungen entwickeln, einüben, präsentieren und bewerten - Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen [BWK, MK, UK]</p> <p>Grundlegende, methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern [MK]</p> <p>Sicherheits- und Hilfestellung situationsgerecht leisten [BWK]</p>	<p>U/P: Springen und Fliegen</p> <p><i>A, B, C, D, E</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Einschätzen des eigenen Könnens durch Erfahrungen an neuen Geräten (Minitrampolin; Trampolin). 	<p>Vorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Sportfest, Projekttag etc.).</p>
<p>6. Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste</p>	<p>Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens auch mit Objekten oder Materialien mit erhöhtem Schwierigkeitsgrad und erhöhter Komplexität ausführen, erarbeiten, erläutern, präsentieren und beurteilen [BWK, MK, UK]</p> <p>In eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) anwenden und zielgerichtet variieren [BWK]</p> <p>Bewegungsbezogene Klischees (u.a. Geschlechterrollen) beurteilen [UK]</p>	<p>U: Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen</p> <p><i>A, B, E, F</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Bewegungsgrundformen erlernen, dem Charakter der Musik anpassen und in einen selbst entwickelten Tanz einbringen (z.B. Cheerleading, Hip-Hop etc.). 	<p>Vorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Sportfest, Projekttag etc.).</p>
<p>7. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>	<p>Sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen, erläutern (Abbildungen) und bewerten sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren [BWK, MK, UK]</p> <p>Mannschafts- und Partnerspiele auf fortgeschrittenem Spielniveau spielen und reflektieren (inklusive Kommunikationsformen) [BWK]</p> <p>Funktion von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden [BWK, MK]</p> <p>Sportspiele und Spielwettkämpfe selbständig organisieren sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen [MK]</p>	<p>U: Einführung des wettkampfgerechten Basketballspiels zur weiteren Entfaltung der Spielfähigkeit im Mannschaftsspiel mit dem Schwerpunkt der Regelanalyse.</p> <p>U: Vom Federballspiel zum Badminton.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Aufbau von Regelkompetenz am Beispiel des Basketballspiels Taktisches Verhalten im Partnerspiel. Weiteres Mannschaftsspiel. 	<p>Schwerpunktbildung aufgrund bestehender Kooperation mit ortsansässigen Sportvereinen; Vorbereitung auf die Hallensportwoche; Teilnahme an „Jugend trainiert für Olympia“.</p>

	Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen [UK]	U: Erweiterung der Spielfähigkeit in einem weiteren Mannschaftsspiel. <i>A, D, E</i>		
8. Gleiten, Fahren, Rollen	Aufgrund fehlender Rahmenbedingungen gilt die Empfehlung, Exkursionen mit entsprechenden Inhaltsbereichen durchzuführen; Berücksichtigung des Inhaltsbereiches bei Klassenfahrten.			
9. Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	entfällt	entfällt	entfällt	entfällt
Stundenzahl: 90				
<u>Sportveranstaltungen:</u> BDJS, Sportfest, Hallensportwoche, Sportgala, Schwimmfest, Sportabzeichen; Arbeitsgemeinschaften, teilweise in Kooperation mit ortsansässigen Sportvereinen.				

8. Gleiten, Fahren, Rollen	Aufgrund fehlender Rahmenbedingungen gilt die Empfehlung, Exkursionen mit entsprechenden Inhaltsbereichen durchzuführen; Berücksichtigung des Inhaltsbereiches bei Klassenfahrten.			
9. Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	<p>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 [BWK]</p> <p><i>Mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen [BWK]</i></p> <p>Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen, anwenden und beurteilen [BWK, MK, UK]</p> <p>Die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Übungs- und Zweikampfsituationen beurteilen (kriteriengeleitetes Partnerfeedback) [MK, UK]</p> <p>Zweikämpfe nach festgelegten Regeln leiten [MK]</p>	<p>U: Entwickeln von Turnierkämpfen in unterschiedlichen Kampfformen.</p> <p style="text-align: center;"><i>A, C, D, E, F</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeinsames Festlegen von Regeln; • vom unkontrollierten Stürzen zum sicheren Fallen; • Spiele mit Körperkontakt; • Kämpfe im Stand und am Boden; • Vermittlung von Grundkenntnissen einer normierten Kampfsportart (wenn möglich). 	<p>Eventuell Hinzuziehen von Fachübungsleitern</p>
Stundenzahl: 90				
<p><u>Sportveranstaltungen:</u> BDJS, Sportfest, Hallensportwoche, Sportgala, Schwimmfest, Sportabzeichen; Arbeitsgemeinschaften, teilweise in Kooperation mit ortsansässigen Sportvereinen.</p>				