

Bildungsplan 2016

Gymnasium

*Innovatives
Bildungsservice*

Beispielcurriculum für das Fach Sport

Klassen 5/6

Beispiel 1

Juli 2016



Landesinstitut
für Schulentwicklung

Qualitätsentwicklung
und Evaluation

Schulentwicklung
und empirische
Bildungsforschung

Bildungspläne

Inhaltsverzeichnis

Allgemeines Vorwort zu den Beispielcurricula	I
Fachspezifisches Vorwort	II
Sport – Klasse 5	1
Pflichtbereich 3.1.1.1: Spielen	1
Pflichtbereich 3.1.1.2: Laufen, Springen, Werfen	3
Pflichtbereich 3.1.1.3: Bewegen an Geräten	5
Pflichtbereich 3.1.1.4: Bewegen im Wasser	7
Pflichtbereich 3.1.1.5: Tanzen, Gestalten, Darstellen	8
Pflichtbereich 3.1.1.6: Fitness entwickeln	10
Wahlpflichtbereich 3.1.2.1: Miteinander/gegeneinander kämpfen	12
Wahlpflichtbereich 3.1.2.2: Fahren, Rollen, Gleiten	14
Verbleibende Freiräume/Schulcurriculum	14
Fach Sport – Klasse 6	15
Pflichtbereich 3.1.1.1: Spielen	15
Pflichtbereich 3.1.1.2: Laufen, Springen, Werfen	17
Pflichtbereich 3.1.1.3: Bewegen an Geräten	19
Pflichtbereich 3.1.1.4: Bewegen im Wasser	21
Pflichtbereich 3.1.1.5: Tanzen, Gestalten, Darstellen	23
Pflichtbereich 3.1.1.6: Fitness entwickeln	24
Wahlpflichtbereich 3.1.2.1: Miteinander/gegeneinander kämpfen	26
Wahlpflichtbereich 3.1.2.2: Fahren, Rollen, Gleiten	28
Verbleibende Freiräume/Schulcurriculum	28

Allgemeines Vorwort zu den Beispielcurricula

Beispielcurricula zeigen eine Möglichkeit auf, wie aus dem Bildungsplan unterrichtliche Praxis werden kann. Sie erheben hierbei keinen Anspruch einer normativen Vorgabe, sondern dienen vielmehr als beispielhafte Vorlage zur Unterrichtsplanung und -gestaltung. Diese kann bei der Erstellung oder Weiterentwicklung von schul- und fachspezifischen Jahresplanungen ebenso hilfreich sein wie bei der konkreten Unterrichtsplanung der Lehrkräfte.

Curricula sind keine abgeschlossenen Produkte, sondern befinden sich in einem dauerhaften Entwicklungsprozess, müssen jeweils neu an die schulische Ausgangssituation angepasst werden und sollten auch nach den Erfahrungswerten vor Ort kontinuierlich fortgeschrieben und modifiziert werden. Sie sind somit sowohl an den Bildungsplan, als auch an den Kontext der jeweiligen Schule gebunden und müssen entsprechend angepasst werden. Das gilt auch für die Zeitplanung, welche vom Gesamtkonzept und den örtlichen Gegebenheiten abhängig und daher nur als Vorschlag zu betrachten ist.

Der Aufbau der Beispielcurricula ist für alle Fächer einheitlich: Ein fachspezifisches Vorwort thematisiert die Besonderheiten des jeweiligen Fachcurriculums und gibt ggf. Lektürehinweise für das Curriculum, das sich in tabellarischer Form dem Vorwort anschließt.

In den ersten beiden Spalten der vorliegenden Curricula werden beispielhafte Zuordnungen zwischen den prozess- und inhaltsbezogenen Kompetenzen dargestellt. Eine Ausnahme stellen die modernen Fremdsprachen dar, die aufgrund der fachspezifischen Architektur ihrer Pläne eine andere Spaltenkategorisierung gewählt haben. In der dritten Spalte wird vorgeschlagen, wie die Themen und Inhalte im Unterricht umgesetzt und konkretisiert werden können. In der vierten Spalte wird auf Möglichkeiten zur Vertiefung und Erweiterung des Kompetenzerwerbs im Rahmen des Schulcurriculums hingewiesen und aufgezeigt, wie die Leitperspektiven in den Fachunterricht eingebunden werden können und in welcher Hinsicht eine Zusammenarbeit mit anderen Fächern sinnvoll sein kann. An dieser Stelle finden sich auch Hinweise und Verlinkungen auf konkretes Unterrichtsmaterial.

Fachspezifisches Vorwort

Die Umsetzungsbeispiele für Curricula im Fach Sport sind Vorschläge, die bei der Erstellung oder Weiterentwicklung des schulinternen Fachcurriculums ebenso hilfreich sein können wie bei der konkreten Planung des eigenen Unterrichts. Die Zeitplanung basiert auf einer Kontingenzstundentafel mit jeweils drei Stunden Sport in den Klassen 5 und 6.

Das Beispielcurriculum stellt den Zusammenhang von prozessbezogenen Kompetenzen, inhaltsbezogenen Kompetenzen und Unterrichtsvorhaben dar. Es enthält Ausführungen zu den jeweils angebotenen Kompetenzerwartungen sowie zu den Inhalten auf der Grundlage der leitenden sportpädagogischen Perspektiven.

Die Unterrichtsvorhaben sind für die angegebene Klasse der jeweiligen Beispielschule in einem Fachkonferenzbeschluss verbindlich festgelegt worden.

Aufbau des Beispielcurriculums

Die formale Struktur des Beispielcurriculums weist folgende Bereiche auf:

Generelle Vorbemerkungen:

Hier werden in dem jeweiligen Inhaltsbereich grundlegende Hinweise zu didaktisch-methodischen bzw. pädagogischen Intentionen der Unterrichtsvorhaben gegeben. Die Nennung der sportpädagogischen Perspektiven zeigt Möglichkeiten für einen mehrperspektivischen Unterricht auf.

Prozessbezogene Kompetenzen:

Die bei den jeweiligen Unterrichtsvorhaben angesprochenen prozessbezogenen Kompetenzen werden aus Platzgründen mit Auslassungszeichen [...] dargestellt.

Inhaltsbezogene Kompetenzen:

Die bei den jeweiligen Unterrichtsvorhaben angesprochenen inhaltsbezogenen Kompetenzen werden aus Platzgründen mit Auslassungszeichen [...] dargestellt.

Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht:

Hier finden sich Beispiele, wie der Kompetenzerwerb der Schülerinnen und Schüler in Unterrichtsvorhaben inhaltlich konkretisiert werden kann.

Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise:

Die didaktischen und methodischen Hinweise zu den aufgeführten Unterrichtsvorhaben geben der Lehrkraft Anregungen für die Unterrichtsgestaltung.

Beispielcurriculum 1

Die Sportfachschaft einer Schule hat sich aufgrund Ihrer individuellen Voraussetzungen und Intentionen auf folgendes Vorgehen in den Klassen 5 und 6 geeinigt:

Der Inhaltsbereich "Tanzen, Gestalten, Darstellen" wird ausschließlich in Klasse 5 unterrichtet, der Inhaltsbereich "Bewegen im Wasser" ausschließlich in Klasse 6.

Der Inhaltsbereich "Fitness entwickeln" wird in beiden Klassenstufen als eigenständiges Unterrichtsvorhaben realisiert.

Aus dem Wahlpflichtbereich wird in beiden Klassenstufen ausschließlich der Inhaltsbereich "Miteinander/gegeneinander kämpfen" angeboten.

Jahresplanung des Beispielcurriculums 1

Bei der Jahresplanung wird von drei Stunden pro Woche und ca. 35 Schulwochen ausgegangen.

Inhaltsbereich		Klasse		
		5	6	
1	Spielen	18	24	42
2	Laufen, Springen, Werfen	12	18	30
3	Bewegen an Geräten	15	18	33
4	Bewegen im Wasser	0	16	16
5	Tanzen, Gestalten, Darstellen	12	0	12
6	Fitness entwickeln	12	8	20
7	Miteinander/gegeneinander kämpfen	9	8	17
8	Fahren, Rollen, Gleiten	0	0	0
Summe der Unterrichtsstunden		78	92	170
Verbleibende Freiräume/Schulcurriculum		27	13	40
Gesamtstunden		105	105	210

Sport – Klasse 5

Pflichtbereich 3.1.1.1: Spielen

ca. 18 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Im Sinne der *integrativen Sportspielvermittlung* (vergleiche Glossar) werden Gemeinsamkeiten der Sportspiele hervorgehoben.

Sportpädagogische Perspektiven: z. B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Gemeinsam handeln, Wettkämpfen und sich verständigen

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
<p>2.1 Bewegungskompetenz</p> <p>1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen</p> <p>2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden</p> <p>4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz</p> <p>1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen</p> <p>2.3 Personalkompetenz</p> <p>5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p>	<p>(1) [...] technische und taktische Basisfertigkeiten [...]</p> <p>(2) [...] Bewegungs- und Balltechniken [...]</p> <p>(3) [...] Individual- und gruppentaktische Maßnahmen [...]</p> <p>(5) [...] Sinnrichtungen erkennen</p> <p>(6) grundlegende Handlungen in Angriff und Abwehr nennen und beschreiben</p> <p>(7) Spielregeln in Kleinen Spielen und Spielformen benennen und einhalten</p> <p>(9) einfache Spielleitungsaufgaben übernehmen</p> <p>(10) den Unterschied zwischen fairem</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Wir lernen vielseitig und erfolgreich spielen.</p> <p>Kleine Spiele, z. B. Parteiball, Burgball, Wandball, Aufsetzerball, Stangentorball, Ball über die Schnur</p> <p>Technik: Passen, Fangen, Prellen, Schlagwurf, Werfen ohne und mit Zeit- und Gegnerdruck</p> <p>Taktik: Freilaufen, Ball zum Ziel bringen, Lücke erkennen, Verteidigung zwischen Gegner und Ziel, Anbieten, Freilaufen, Angriffssituationen lösen</p> <p>Regeln: Feldbegrenzungen, Ausregel, Arten der Mannschaftsbildung, Einführung des Themas Schieds-</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Vermittlung, z. B. durch „Genetisches Lernen“ - Verwendung von unterschiedlichen Spielgeräten - Schülerinnen und Schülern wird die Kontrolle einzelner Regeln übertragen (Arbeitskarte pro Regel) - Thematisierung der Kommunikation (Blickkontakt, Handzeichen, Zuruf etc.) - Thematisierung der Fairness (z. B. heterogene und homogene Gruppen bilden und Emotionen reflektieren)

2.4 Sozialkompetenz 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren	und unfairem Verhalten erkennen [...] (11) ihre Emotionen unter Anleitung reflektieren und kontrollieren	richtertätigkeit	L PG, BTV
--	---	------------------	-----------

Pflichtbereich 3.1.1.2: Laufen, Springen, Werfen

ca. 12 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Der Schwerpunkt liegt auf dem spielerischen, fähigkeitsorientierten und erlebnisintensiven Sammeln und Erweitern von grundlegenden Bewegungserfahrungen (unter Beachtung des Prinzips der Vielseitigkeit und Vielfältigkeit).

Sportpädagogische Perspektiven: z. B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
 Gemeinsam handeln, Wettkämpfen und sich verständigen
 Das Leisten erfahren und reflektieren

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...] 2.3 Personalkompetenz 6. [...] ihre Aufmerksamkeit steuern	(1) schnell und gewandt laufen [...]	Unterrichtsvorhaben: Um die Wette laufen: schnell, gewandt und rhythmisch Lauftechnik: Ballenlauf, Kniehub, Armeinsatz, Kauerstart, schnell laufen mit Richtungs- und Tempowechseln Sprintsportspiele und Reaktionssportspiele, Staffeln, Risikosprints Kurze Strecken (max. 40m)	- vielfältige Erfahrungen ermöglichen, auch durch die Einbeziehung von Geländeformen (z. B. im Dreibeinlauf, mit Schrittvariationen (Frequenz), über Hindernisse, Slalom) - Kombinationen, z. B. Laufen mit Springen, Laufen mit Werfen (Biathlon) L BNE, PG
	(1) [...] weit und zielgenau werfen	Unterrichtsvorhaben: Wir sammeln vielfältige Bewegungserfahrungen mit unterschiedlichsten Wurfgeräten. Wurftechnik: 3-Schritt-Anlauf, langer Arm (schleudern)	Durch unterschiedliche Wurfgeräte, -arten, -aufgaben vielfältige Erfahrungen ermöglichen L PG

		<p>Vielfältig werfen mit Schlagball, Schweißball, Fahrradreifen (schleudern), Medizinball (stoßen), Zonenweitwurf</p>	
	<p>(1) [...] weit und/oder hoch springen [...]</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Wir erleben die Vielfalt des Springens: weit, hoch, mehrfach.</p> <p>Sprungtechnik: einbeinig - beidbeinig abspringen, aus dem Anlauf weit springen (Schritttechnik oder Hocktechnik) und/oder hoch springen (Schersprung), Mehrfachsprünge ausführen</p> <p>Einbeinige Sprünge aus dem Anlauf: Hoch-Weitsprung über den Oxer, Additionszonenweitsprung, Watussi-Sprung, Sprunggarten</p>	<p>Vergleich mit turnerischen Sprüngen möglich</p> <p>L PG</p>

Pflichtbereich 3.1.1.3: Bewegen an Geräten

ca. 15 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Ziel des Unterrichts ist es, die Vielfalt der Bewegungsmöglichkeiten im Raum durch Geräte zu erfahren, um so vielfältige und vielseitige Bewegungserfahrungen zu sammeln. Dazu bewegen sich die Inhalte teils näher am Gerätturnen, teils näher am normungebundenen Turnen sowie dem Abenteuerturnen.

Gruppengestaltungen und Gemeinschaftspräsentationen bieten Möglichkeiten und Anreize zur Kooperation.

Sportpädagogische Perspektiven: z. B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern

Gemeinsam handeln, Wettkämpfen und sich verständigen

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
<p>2.1 Bewegungskompetenz</p> <p>1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen</p> <p>2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz</p> <p>1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen</p> <p>2.3 Personalkompetenz</p> <p>1. ein realistisches Selbstbild entwickeln</p>	<p>(1) turnerische Grundtätigkeiten [...] an unterschiedlichen Geräten [...] und Gerätekombinationen anwenden</p> <p>(3) einfache akrobatische Figuren [...] ausführen</p> <p>(4) den Auf- und Abbau von Turngeräten sachgerecht ausführen</p> <p>(5) einfache Helferhandlungen ausführen [...]</p> <p>(6) [...] Sinnrichtungen erkennen</p> <p>(7) Maßnahmen des Helfens und Sicherns benennen</p> <p>(8) in Wagnissituationen verantwor-</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Wir sammeln Bewegungserfahrungen an Geräten und Gerätekombinationen.</p> <p>Helfergriffe einüben (Klammergriff)</p> <p>Geräte auf- und abbauen</p> <p>Boden: Rollen in Variationen, Handstandvariationen, Rad</p> <p>Schwebebalken/Bänke: Balancieren, Drehen, Aufspringen, einfache Sprünge (z. B. Pferdchensprung)</p> <p>Barren: Hangeln, Schwingen im Stütz, Kehren</p>	<ul style="list-style-type: none"> - offene und gebundene Aufgaben zum „Rollen“ - Lernen durch erleichterte Bedingungen - Binnendifferenzierung durch sukzessives Erschweren der Bewegungsfertigkeiten - Stationenlernen mit differenzierten Aufgaben - „Turnerpass“ mit Stationen und Aufgaben; Buddy-System - Thematisierung von Helfen und Sichern (z. B. Sportgeräteführer-

<p>2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben</p> <p>5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p> <p>2.4 Sozialkompetenz</p> <p>1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen</p> <p>2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren</p> <p>4. [...] verantwortungsvoll handeln</p> <p>6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren</p>	<p>tungsbewusst handeln</p> <p>(10) gemeinsam [...] eine Gruppenpräsentation nachgestalten und präsentieren</p>	<p></p> <p>Unterrichtsvorhaben: Wir erarbeiten eine turnerisch - akrobatische Gemeinschaftspräsentation.</p> <p>Erproben einfacher akrobatischer Elemente (z. B. Flieger)</p> <p>Erproben von Bodenelementen (z. B. rollen, auf den Händen stehen)</p> <p>Entwicklung einer Gruppenkür</p>	<p>schein)</p> <p>L PG, BTV</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lernaufgaben - Gestaltungsaufgaben - Sicherheitsaspekte beachten - Kriterien für Gemeinschaftspräsentation - Videoaufnahmen (-analysen) möglich <p>L PG, BTV, MB</p>
---	---	---	--

Pflichtbereich 3.1.1.4: Bewegen im Wasser

nur Klasse 6

Pflichtbereich 3.1.1.5: Tanzen, Gestalten, Darstellen

ca. 12 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Ziel des Unterrichts ist es, die Bewegungsvielfalt des eigenen Körpers wahrzunehmen und sich durch freie Bewegung und gymnastische Grundformen im Rhythmus von Musik darzustellen. Gruppengestaltungen und Gemeinschaftspräsentationen bieten Möglichkeiten und Anreize zur Kooperation.

Sportpädagogische Perspektiven: z. B. Sich körperlich ausdrücken und Bewegungen gestalten
 Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
 Gemeinsam handeln, Wettkämpfen und sich verständigen

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
<p>2.1 Bewegungskompetenz 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 3. Bewegungen gestalten und sich durch Bewegung ausdrücken</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen</p> <p>2.3 Personalkompetenz 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p>	<p>(1) gymnastische Grundformen [...] ausführen (2) [...] Bewegungen [...] zum Rhythmus von Musik umsetzen (4) ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität umsetzen [...] (5) einfache Aufstellungsformen umsetzen (6) [...] Sinnrichtungen erkennen (7) ausgewählte Gestaltungskriterien [...] erkennen und benennen (8) grundlegende Gerätetechniken benennen [...] (9) Merkmale von Bewegungsqualität</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Wir bewegen uns gemeinsam auf Musik. Erarbeiten einer Gruppenchoreografie: Erarbeitung der Grundschritte aus den Grundformen Gehen, Drehen und Hüpfen (z. B. kick ball change) Vorgegebene Variationen: Reihenfolge der Schritte, Aufstellungsform und Raumwege</p>	<p>z. B. Line-Dance</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vermittlung der Grundschritte nach dem Bausteinprinzip - Präsentation im Rahmen schulischer Veranstaltungen (z. B. Tag der offenen Tür) - Videoaufnahmen (-analysen) möglich <p style="background-color: #c8e6c9; padding: 2px;">L PG, BTV, MB</p> <p style="background-color: #f44336; color: white; padding: 2px;">F MUS</p>

<p>6. [...] ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz</p> <p>1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen</p> <p>2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren</p> <p>3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen</p> <p>6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren</p>	<p>bei anderen erkennen und benennen [...]</p> <p>(10) gestalterische Bewegungsaufgaben [...] in der Gruppe lösen [...]</p> <p>(3) einfache Techniken [...] mit verschiedenen Materialien [...] und Geräten [...] ausführen</p> <p>(5) einfache Aufstellungsformen umsetzen</p> <p>(10) gestalterische Bewegungsaufgaben [...] in der Gruppe lösen [...]</p>	<p></p> <p>Unterrichtsvorhaben: Wir gestalten eine Bewegungsverbinding mit dem Seil.</p> <p>Erlernen verschiedener Grundsprünge und Gestaltung einer Bewegungsverbinding allein und/oder mit anderen</p>	<p>- z. B. Rope Skipping</p> <p>- mit Musikunterstützung</p> <p>- Differenzierung: Sprünge zu zweit in einem Seil oder synchron springen</p> <p>- Videoaufnahmen (-analysen) möglich</p> <p>L PG, BTV, MB</p> <p>F MUS</p>
--	--	---	--

Pflichtbereich 3.1.1.6: Fitness entwickeln

ca. 12 Std.

Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit ihrem Körper und seinen Reaktionen sowie ihrer Fitness auseinander. Sie erfahren und deuten körperliche Anstrengung und Regeneration. Sie verbessern spielerisch ihre Fitness in altersgemäßer Form.

Sportpädagogische Perspektiven: z. B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
 Das Leisten erfahren und reflektieren
 Fitness verbessern und Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
<p>2.1 Bewegungskompetenz</p> <p>1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen</p> <p>2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden</p> <p>4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]</p> <p>2.3 Personalkompetenz</p> <p>1. ein realistisches Selbstbild entwickeln</p> <p>2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben</p> <p>3. die Bedeutung von Bewegung [...] einschätzen und gesundheitsbewusst</p>	<p>(1) [...] konditionelle und koordinative Leistungen erbringen</p> <p>(3) Signale und Reaktionen des eigenen Körpers [...] erkennen und beurteilen</p> <p>(4) ihren Puls messen</p> <p>(5) Vorgänge im Körper [...] beschreiben [...]</p> <p>(6) [...] sportgerechte(r) Kleidung und die Gefahren von Piercing [...]</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Wir steigern unsere Fitness – Schwerpunkt Ausdauer.</p> <p>Eingangstest (z. B. 6-Minuten-Lauf)</p> <p>Ökonomisch laufen (z. B. Armführung)</p> <p>Tempogefühl entwickeln</p> <p>Körpersignale deuten (Puls/Atmung/Schweiß)</p> <p>Spielerisches Lauftraining (z. B. Europareise, 6-Tage-Rennen, 6-Tage-Hindernislauf; verschiedene Lauf- und Parteballspiele; Zeitschätzlauf; Puzzle-Lauf (mit Ernährungskarten); Alter in Minuten laufen; Fahrspiel; Intervallspielformen;</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Collage zum Thema „Was ist Fitness“ erstellen - „Welcher Sporttyp bin ich?“ → Bewegungstagebuch führen - Puls messen und protokollieren - Körperwahrnehmung: <ul style="list-style-type: none"> o bei Belastung/Erholung o Schwitzen o Atemnot - Teilnahme an regionalen Stadtläufen - Videoaufnahmen (-analysen) <p style="background-color: #c8e6c9; display: inline-block; padding: 2px;">L PG, BTV, MB</p>

handeln 4. [...] Auswirkungen ihres Bewegungshandelns [...] wahrnehmen und verstehen 6. [...] ihre Aufmerksamkeit steuern		Laufabzeichen) Retest	
---	--	--------------------------	--

Wahlpflichtbereich 3.1.2.1: Miteinander/gegeneinander kämpfen

ca. 9 Std.

Generelle Vorbemerkungen

Die Schülerinnen und Schüler reflektieren die Unterschiede zwischen Kämpfen und Streiten.

Sie sammeln Bewegungserfahrungen im verantwortungsbewussten Umgang mit einer Partnerin/einem Partner und im Kämpfen. Das bedeutet, sie entwickeln Verantwortung gegenüber der Partnerin/dem Partner und schaffen Vertrauen. Der beim Kämpfen notwendige Körperkontakt muss sensibel angebahnt werden.

Sportpädagogische Perspektiven: z. B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Gemeinsam handeln, Wettkämpfen und sich verständigen

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
<p>2.1 Bewegungskompetenz</p> <p>1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen</p> <p>2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden</p> <p>4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]</p> <p>2.3 Personalkompetenz</p> <p>1. ein realistisches Selbstbild entwickeln</p> <p>3. die Bedeutung von Bewegung [...] einschätzen und gesundheitsbewusst handeln</p>	<p>(1) verschiedene Formen des Zweikämpfens am Boden [...] ausführen und anwenden</p> <p>(2) Taktiken und Strategien [...] anwenden</p> <p>(6) mit der eigenen Kraft [...] umgehen</p> <p>(7) Rituale ausführen und deren Bedeutung erklären</p> <p>(8) sich regelgerecht und fair [...] verhalten</p> <p>(9) ihre Emotionen [...] reflektieren und kontrollieren</p> <p>(10) [...] grundlegende(n) Regeln [...] erläutern</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Wir kämpfen regelgerecht.</p> <p>Aufbau von Körperkontakt/Vertrauen zum Partner entwickeln</p> <p>Kämpfen um Gegenstände – in der Gruppe, dann paarweise → Einführung der Stoppregel, Rituale und Umgangsformen</p> <p>Kennenlernen und Erwerb verschiedener Techniken des Zweikämpfens: Schieben, Verdrängen, Drehen, Fixieren</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Vergleich von Kämpfen im Streit und Kämpfen als sportlicher Wettkampf - Verdeutlichung der Pole Miteinander und Gegeneinander - Bedeutung von Ritualen und Regeln - Zweikampfformen zur Verbesserung der Halte- und Stützkraft (integriert in das Aufwärmen) <p style="background-color: #c8e6c9; display: inline-block; padding: 2px;">L PG, BTV</p>

<p>5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p> <p>6. [...] ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz</p> <p>2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren</p> <p>3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen</p> <p>4. [...] verantwortungsvoll handeln</p> <p>5. den Unterschied zwischen fairem und unfairem Handeln erkennen und sich selbst fair verhalten [...]</p> <p>6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren</p>			
--	--	--	--

Wahlpflichtbereich 3.1.2.2: Fahren, Rollen, Gleiten

nicht gewählt

Verbleibende Freiräume/Schulcurriculum

ca. 27 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Das Schulcurriculum dient einerseits der Übung und Vertiefung, andererseits der verbindlichen Festlegung schulspezifischer Vereinbarungen (z. B. regelmäßige Turniere, besondere Sportarten etc.) in Abhängigkeit von der Lerngruppe und regionalen bzw. örtlichen Gegebenheiten. Eventuell können auch Stunden zur freien Verfügung ausgewiesen werden.

Fach Sport – Klasse 6

Pflichtbereich 3.1.1.1: Spielen

ca. 24 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Im Sinne der *integrativen Sportspielvermittlung* (vergleiche Glossar) werden Gemeinsamkeiten der Sportspiele und Besonderheiten der Rückschlagspiele hervorgehoben.

Sportpädagogische Perspektiven: z. B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
<p>2.1 Bewegungskompetenz</p> <p>1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen</p> <p>2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden</p> <p>4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz</p> <p>1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen</p>	<p>1) [...] technische und taktische Basisfertigkeiten [...]</p> <p>(2) [...] Bewegungs- und Balltechniken [...]</p> <p>(3) [...] Individual- und gruppentaktische Maßnahmen [...]</p> <p>(4) Spielsituationen[...] mit individual- und gruppentaktischen Maßnahmen lösen [...]</p> <p>(5) [...] Sinnrichtungen erkennen</p> <p>(6) grundlegende Handlungen in Angriff und Abwehr nennen und be-</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Rückschlagspiele - Vom Spiel miteinander zum Spiel gegeneinander</p> <p>Vom Ball über die Schnur zum Volleyball 1 mit 1, 1 : 1 bis zum 2 : 2 → Vom miteinander zum gegeneinander Spielen</p> <p>Techniken: Volley spielen</p> <p>Taktik: Lücke erkennen, in die Lücke spielen, zentrale Spielposition, Ball „aus“ gehen lassen</p> <p>Unterrichtsvorhaben: Wir erfinden</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Schülerinnen und Schüler erkennen den Unterschied zwischen Kooperation und Konkurrenz - jeweils angepasste Feldgröße, Netzhöhe, Art des Ballkontakts - Thematisierung der Notwendigkeit von Kommunikation (z. B. „Ich“ rufen) <p style="background-color: #e0f2f1; display: inline-block; padding: 2px;">L PG, BTV</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thematisierung der Veränderbar-

<p>2.3 Personalkompetenz</p> <p>5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p> <p>2.4 Sozialkompetenz</p> <p>6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren</p>	<p>schreiben</p> <p>(7) Spielregeln in Kleinen Spielen und Spielformen benennen und einhalten</p> <p>(8) Spielregeln mit Hilfen variieren</p> <p>(10) den Unterschied zwischen fairem und unfairem Verhalten erkennen [...]</p> <p>(11) ihre Emotionen unter Anleitung reflektieren und kontrollieren</p> <p>(12) Spiele entwickeln [...]</p>	<p>Spiele.</p> <p>Spiele entwickeln, z. B. durch die Variation von Regeln mit vorgegebenen Hilfen</p>	<p>keit von Spielen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Variationen bzgl. Spielgerät, Regeln, Passart etc. - Erstellung einer Spielesammlung <p>L BTV</p>
--	---	--	---

Pflichtbereich 3.1.1.2: Laufen, Springen, Werfen

ca. 18 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Der Schwerpunkt liegt auf dem spielerischen, fähigkeitsorientierten und erlebnisintensiven Sammeln und Erweitern von grundlegenden Bewegungserfahrungen (unter Beachtung des Prinzips der Vielseitigkeit und Vielfältigkeit).

Sportpädagogische Perspektiven z. B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
 Gemeinsam handeln, Wettkämpfen und sich verständigen
 Das Leisten erfahren und reflektieren

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]	(6) Inhalte und Regeln eines Wettbewerbs entwickeln [...]	Unterrichtsvorhaben: Einen Wettkampf zum „Laufen – Springen – Werfen“ entwickeln und durchführen z. B. Dreikampf aus Weitsprung (Schrittweitsprung), Ballwurf (aus 3er-Anlauf) und 50m-Sprint (aus dem Hochstart)	→ Bundesjugendspiele.de → Handbuch → Wettbewerb Leichtathletik L PG
2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben	(2) 20 Minuten ohne Unterbrechung laufen	Unterrichtsvorhaben: Vorbereitung und Durchführung eines 20min-Laufes Laufen im Gelände, Zeitschätzläufe, Läufe zur Entwicklung des Tempo-	DLV Laufabzeichen L PG

<p>4. [...] Auswirkungen ihres Bewegungshandelns [...] wahrnehmen und verstehen</p> <p>2.4 Sozialkompetenz</p> <p>1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen</p> <p>2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren</p> <p>3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen</p> <p>4. [...] verantwortungsvoll handeln</p> <p>7. [...] unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>	<p>(1) schnell und gewandt laufen, weit und/oder hoch springen [...]</p> <p>(4) die eigene Leistungsentwicklung erkennen und benennen</p> <p>(5) eigene Bewegungen wahrnehmen</p>	<p>gefühls</p> <p>Unterrichtsvorhaben: Wir überlaufen/überspringen Hindernisse möglichst schnell.</p> <p>Gewandt und rhythmisiert laufen, Hindernisbahn mit selbstgewählten Abständen der Hindernisse überlaufen</p>	<p>z. B. Beobachtungskarten, Videoanalyse der Lauftechnik</p> <p>L PG, MB</p>
--	---	---	---

Pflichtbereich 3.1.1.3: Bewegen an Geräten

ca. 18 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Ziel des Unterrichts ist es, die Vielfalt der Bewegungsmöglichkeiten im Raum durch Geräte zu erfahren, um so vielfältige und vielseitige Bewegungserfahrungen zu sammeln. Dazu bewegen sich die Inhalte teils näher am Gerätturnen, teils näher am normungebundenen Turnen sowie dem Abenteuerturnen.

Gruppengestaltungen und Gemeinschaftspräsentationen bieten Möglichkeiten und Anreize zur Kooperation.

Sportpädagogische Perspektiven: z. B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Gemeinsam handeln, Wettkämpfen und sich verständigen

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
<p>2.1 Bewegungskompetenz</p> <p>1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen</p> <p>2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden</p> <p>2.3 Personalkompetenz</p> <p>1. ein realistisches Selbstbild entwickeln</p> <p>5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p> <p>2.4 Sozialkompetenz</p> <p>1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...]</p>	<p>(1) turnerische Grundtätigkeiten [...] an unterschiedlichen Geräten [...] und Gerätekombinationen anwenden</p> <p>(2) normgebundene Turnfertigkeiten an verschiedenen Geräten und aus unterschiedlichen Strukturgruppen ausführen [...]</p> <p>(4) den Auf- und Abbau von Turngeräten sachgerecht ausführen</p> <p>(8) in Wagnissituationen verantwortungsbewusst handeln</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Vielfältige Bewegungserfahrungen beim „Springen“ und „Überschlagen“</p> <p>Sprünge mit dem Minitrampolin: Fußsprünge, Rotationen um die Breitenachse auf den Mattenberg</p> <p>Sprünge mit dem Reutherbrett: Stützsprünge auf schiefe Ebene</p>	<ul style="list-style-type: none"> - offene und gebundene Aufgaben zum „Springen“ - Lernen durch erleichterte Bedingungen - Binnendifferenzierung durch sukzessives Erschweren der Bewegungsfertigkeiten - Thematisierung des Umgangs mit Wagnissituationen. Die Begegnung mit Wagnissituationen ermöglicht Grenzerfahrungen sowie den Umgang mit Gefühlen wie Angst und Überwindung.

<p>unterstützen und ihnen [...] helfen</p> <p>2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren</p> <p>3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen</p> <p>6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren</p>	<p>(9) [...] Bewegungsverbindungen umgestalten und [...] präsentieren [...]</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Wir gestalten und bewerten eine Gruppenkür.</p> <p>Aus normgebundenen Elementen wird eine Kür erstellt.</p>	<p>L PG</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schwerpunkt auf den Aspekten des Übens und des Leistens - Gruppenarbeit - Beobachten lernen - Kriterienkatalog - Schülerinnen und Schüler wählen das Gerät selbst aus - Verhalten der Zuschauer thematisieren <p>L PG, BTV, MB</p>
--	---	--	---

Pflichtbereich 3.1.1.4: Bewegen im Wasser

ca. 16 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Ziel des Unterrichts ist es, die Besonderheiten des Bewegens im Wasser experimentierend zu erfahren (Auftrieb, Widerstand, Gleiten) und damit das Wasserbewegungsgefühl als Basis der Schwimmfähigkeit zu entwickeln. Darauf aufbauend erwerben bzw. vertiefen die Schülerinnen und Schüler die grundlegenden Bewegungsabläufe von Schwimmtechniken, um sich flüssig und sicher im Wasser fortzubewegen.

Sportpädagogische Perspektiven: z. B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Das Leisten erfahren und reflektieren

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
<p>2.1 Bewegungskompetenz</p> <p>1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen</p> <p>2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz</p> <p>1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen</p> <p>2.4 Sozialkompetenz</p> <p>4. [...] verantwortungsvoll handeln</p>	<p>(1) gleiten und schweben, Delfinsprünge ausführen, springen und tauchen</p> <p>(3) grundlegende Bewegungsabläufe von zwei weiteren Schwimmtechniken ausführen</p> <p>(5) [...] Sinnrichtungen erkennen</p> <p>(6) Bade- und Sicherheitsregeln benennen und anwenden</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Mein Körper im Wasser</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vielfältige Bewegungserfahrungen beim Gleiten, Schweben und Tauchen sammeln (auch mit verschiedenen Geräten und Materialien) - vielfältige Sprünge erproben - - Verstehen und Anwenden des Prinzips „Antrieb erzeugen“, „Widerstand vermeiden“ 	<ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Erfahrungen aufgreifen, z. B. ins Wasser ausatmen - Prinzip des Gleitens und Wasserfassens, z. B. Tiere imitieren - reflektierter Umgang mit Wagnissituationen - Bade- und Sicherheitsregeln, z. B. als Lernaufgabe <p style="background-color: #90ee90; display: inline-block; padding: 2px;">L PG</p> <p style="background-color: #ff0000; color: white; display: inline-block; padding: 2px;">F BNT</p>
	<p>(2) eine Schwimmtechnik mit Start</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Wir schwim-</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Schwimmtechniken werden durch

<p>5. den Unterschied zwischen fairem und unfairem Handeln erkennen und sich selbst fair verhalten – auch bei Erfolgs- und Misserfolgserlebnissen</p>	<p>und Wende demonstrieren (4) ihre Schwimmtechnik an ausdauerndes beziehungsweise schnelles Schwimmen anpassen (7) einen schwimmspezifischen Organisationsrahmen einhalten (8) Regeln bei Wettbewerben anwenden</p>	<p><i>men schnell und ausdauernd.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Kraulschwimmen lernen - Technik 25 Meter Kraulschwimmen in Grobform - Startsprung und Wende demonstrieren - - 10 Minuten ohne Unterbrechung schwimmen 	<p>vielfältige Bewegungsaufgaben, auch unter Verwendung von Materialien, entwickelt und ausgeführt</p> <ul style="list-style-type: none"> - spielerische Übungen und Wettbewerbe als Gruppen- und Klassenwettkämpfe - weitere spielerische Technikerfahrungen ermöglichen - ausdauernd schwimmen auch mit wechselnden Techniken, spielerische Ausdauerschulung <p>L PG</p>
---	---	---	---

Pflichtbereich 3.1.1.5: Tanzen, Gestalten, Darstellen

nur Klasse 5

Pflichtbereich 3.1.1.6: Fitness entwickeln

ca. 8 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit ihrem Körper, seinen Reaktionen und ihrer Fitness auseinander. Sie erfahren und deuten körperliche Anstrengung und Regeneration. Sie verbessern spielerisch ihre Fitness in altersgemäßer Form.

Sportpädagogische Perspektiven: z. B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
 Das Leisten erfahren und reflektieren
 Fitness verbessern und Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
<p>2.1 Bewegungskompetenz</p> <p>1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen</p> <p>2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden</p> <p>4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]</p> <p>2.3 Personalkompetenz</p> <p>1. ein realistisches Selbstbild entwickeln</p> <p>2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben</p>	<p>(1) [...] konditionelle und koordinative Leistungen erbringen</p> <p>(2) [...] Sinnrichtungen erkennen</p> <p>(3) Signale und Reaktionen des eigenen Körpers [...] erkennen und beurteilen</p> <p>(4) ihren Puls messen</p> <p>(5) Vorgänge im Körper [...] beschreiben [...]</p> <p>(6) [...] sportgerechte(r) Kleidung und die Gefahren von Piercing [...]</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Wir steigern unsere Fitness – Schwerpunkt Kräftigung und Stabilisation.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Kämpfen und Raufen (mit/ohne Material) – Stützen und Hangeln an Geräten – Klettern an Tau, Stangen, Boulderwand – Zirkeltraining 	<ul style="list-style-type: none"> – vorwiegend spielerische Arrangements – Muskelgruppen erkennen, die gekräftigt werden (→ Science-Kids.de) – Stationen mit differenzierten Aufgabenkarten <p style="background-color: #c8e6c9; display: inline-block; padding: 2px;">L PG, VB</p>

<p>3. die Bedeutung von Bewegung [...] einschätzen und gesundheitsbewusst handeln</p> <p>5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p> <p>2.4 Sozialkompetenz</p> <p>1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen</p> <p>4. [...] verantwortungsvoll handeln</p>			
--	--	--	--

Wahlpflichtbereich 3.1.2.1: Miteinander/gegeneinander kämpfen

ca. 8 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Die Schülerinnen und Schüler reflektieren die Unterschiede zwischen Kämpfen und Streiten.

Sie sammeln Bewegungserfahrungen im verantwortungsbewussten Umgang mit einer Partnerin/einem Partner und im Kämpfen. Das bedeutet, sie entwickeln Verantwortung gegenüber der Partnerin/dem Partner und schaffen Vertrauen. Der beim Kämpfen notwendige Körperkontakt muss sensibel angebahnt werden.

Sportpädagogische Perspektiven: z. B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Gemeinsam handeln, Wettkämpfen und sich verständigen

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
<p>2.1 Bewegungskompetenz</p> <p>1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen</p> <p>2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden</p> <p>4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]</p> <p>2.3 Personalkompetenz</p> <p>1. ein realistisches Selbstbild entwickeln</p> <p>2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben</p>	<p>(1) verschiedene Formen des Zweikämpfens am Boden [...] ausführen und anwenden</p> <p>(2) Taktiken und Strategien [...] anwenden</p> <p>(4) die Prinzipien des Umdrehens und des Befreiens nennen</p> <p>(5) die Kriterien des Haltens nennen</p> <p>(6) mit der eigenen Kraft [...] umgehen</p> <p>(7) Rituale ausführen und deren Bedeutung erklären</p> <p>(8) sich regelgerecht und fair [...] verhalten</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Verantwortungsbewusst kämpfen – Zweikampfsituationen am Boden lösen</p> <p>Kennenlernen und Erwerb der Techniken:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Ziehen, Schieben, Stoßen, Nachgeben in der Gruppe und paarweise – Umdrehen und Festhalten sowie Halten und Befreien paarweise – Verbindung von Umdrehen und Halten – Übungskämpfe in der Bodenlage 	<ul style="list-style-type: none"> – Zweikampfspiele in der Gruppe fördern das Miteinander – induktives Erarbeiten von Lösungen (verschiedene Haltegriffe und Befreiungen) zusammen mit dem Partner und Demonstration von Lösungen durch Schülerinnen und Schüler – Empfehlung: Haltezeit von 10 sec. beendet den Kampf – Chancengleichheit herstellen, z. B. durch „Handicap“ – häufige Partnerwechsel sinnvoll,

<p>5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p> <p>6. [...] ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz</p> <p>1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen</p> <p>2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren</p> <p>4. [...] verantwortungsvoll handeln</p> <p>5. den Unterschied zwischen fairem und unfairem Handeln erkennen und sich selbst fair verhalten [...]</p>	<p>(9) ihre Emotionen [...] reflektieren und kontrollieren</p> <p>(10) [...] grundlegende(n) Regeln [...] erläutern</p> <p>(11) Rauf- und Kampfspiele [...] variieren und entwickeln [...]</p>	<p>mit unterschiedlichen Bodenkampfformen paarweise, zu dritt, in der Kleingruppe</p> <p>– Planung und Durchführung eines Bodenkampfturniers</p>	<p>um vielfältige Bewegungserfahrungen zu sammeln.</p> <p>Prinzipien des Umdrehens (z. B. Partnerin/Partner unter Einsatz des eigenen Körpergewichts umdrehen, Ausnutzen des Gegendrucks oder unter den Schwerpunkt kommen)</p> <p>Prinzipien des Haltens (Kontrolle über die Partnerin/den Partner von oben, von der Seite oder von hinten)</p> <p>L PG, BTV</p>
--	--	--	--

Wahlpflichtbereich 3.1.2.2: Fahren, Rollen, Gleiten

nicht gewählt

Verbleibende Freiräume/Schulcurriculum

ca. 13 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Das Schulcurriculum dient einerseits der Übung und Vertiefung, andererseits der verbindlichen Festlegung schulspezifischer Vereinbarungen (z. B. regelmäßige Turniere, besondere Sportarten etc.) in Abhängigkeit von der Lerngruppe und regionalen bzw. örtlichen Gegebenheiten. Eventuell können auch Stunden zur freien Verfügung ausgewiesen werden.