



Landesinstitut
für Schulentwicklung



Landesinstitut
für Schulsport, Schulkunst
und Schulmusik

Bildungsplan 2016 Sekundarstufe I

*Innovatives
Bildungsservice*

Beispielcurriculum für das Fach Sport

Klassen 7/8/9
Beispiel 1

Mai 2017



Landesinstitut
für Schulentwicklung

Qualitätsentwicklung
und Evaluation

Schulentwicklung
und empirische
Bildungsforschung

Bildungspläne

Inhaltsverzeichnis

Allgemeines Vorwort zu den Beispielcurricula	I
Fachspezifisches Vorwort	II
Jahresplanung des Beispielcurriculums	III
Sport – Klasse 7	1
Pflichtbereich 3.2.1.1: Spielen	1
Pflichtbereich 3.2.1.2: Laufen, Springen, Werfen	5
Pflichtbereich 3.2.1.3: Bewegen an Geräten	9
Pflichtbereich 3.2.1.4: Bewegen im Wasser	12
Pflichtbereich 3.2.1.6: Fitness entwickeln – integriert	16
Verbleibende Freiräume/Schulcurriculum:	16
Sport – Klasse 8	17
Pflichtbereich 3.2.1.1: Spielen	17
Pflichtbereich 3.2.1.2: Laufen, Springen, Werfen	21
Pflichtbereich 3.2.1.3: Bewegen an Geräten mit Pflichtbereich	24
Pflichtbereich 3.2.1.4: Bewegen im Wasser	26
Pflichtbereich 3.2.1.5: Tanzen, Gestalten, Darstellen	26
Pflichtbereich 3.2.1.6: Fitness entwickeln – integriert in 3.2.1.3	29
Wahlpflichtfach 3.2.2.1: Miteinander/gegeneinander kämpfen	29
Verbleibende Freiräume/Schulcurriculum	31
Sport – Klasse 9	32
Pflichtbereich 3.2.1.1: Spielen	32
Pflichtbereich 3.2.1.2: Laufen, Springen, Werfen	35
Pflichtbereich 3.2.1.3: Bewegen an Geräten	38
Pflichtbereich 3.2.1.6: Fitness entwickeln	41
Wahlpflichtbereich 3.2.2.2: Fahren, Rollen, Gleiten	43
Wahlpflichtbereich 3.2.2.4: Tanzen, Gestalten, Darstellen	48
Verbleibende Freiräume/Schulcurriculum	52

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.

Die verschiedenen Niveaustufen des Gemeinsamen Bildungsplans der Sekundarstufe I werden in den Beispielcurricula ebenfalls berücksichtigt und mit konkreten Hinweisen zum differenzierten Vorgehen im Unterricht angereichert.

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 7, 8 und 9.

Das Beispielcurriculum stellt den Zusammenhang von prozessbezogenen Kompetenzen, inhaltsbezogenen Kompetenzen und Unterrichtsvorhaben dar. Es enthält Ausführungen zu den jeweils angebahnten 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. Grundsätzlich werden aus Gründen der Übersichtlichkeit Formulierungen für die Niveaustufe M verwendet.

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. Möglichkeiten der Niveaudifferenzierungen werden in der Hinweisspalte genannt.

Vorbemerkungen

Die Sportfachschaft einer Schule hat sich aufgrund ihrer individuellen Voraussetzungen und Intentionen auf folgendes Vorgehen in den Klassen 7, 8 und 9 geeinigt:

Der Inhaltsbereich "Fitness entwickeln" wird in den Klassen 7 und 8 integrativ verteilt auf mehrere Inhaltsbereiche unterrichtet (siehe Tabelle), wobei neben den konditionellen Fähigkeiten Ausdauer und Kraft auch die koordinativen Fähigkeiten berücksichtigt werden.

Der Inhaltsbereich "Bewegen im Wasser" wird ausschließlich in Klasse 7 unterrichtet.

Aus dem Wahlpflichtbereich wird in Klasse 8 der Inhaltsbereich "Miteinander/gegeneinander kämpfen" unterrichtet. In Klasse 9 gibt es zwei Angebote im Wahlpflichtbereich – "Fahren, Rollen, Gleiten" und "Tanzen, Gestalten, Darstellen" – wovon eines ausgewählt wird.

Jahresplanung des Beispielcurriculums

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

Klasse		Inhaltsbereich		
		7	8	9
1	Spielen	22	16	16
2	Laufen, Springen, Werfen	16+6*	16	8
3	Bewegen an Geräten	16	16+6*	16
4	Bewegen im Wasser	26	0	0
5	Tanzen, Gestalten, Darstellen	0	12	0
6	Fitness entwickeln	*integriert	*integriert	10
WP1	Miteinander/gegeneinander kämpfen	0	14	0
WP2	Fahren, Rollen, Gleiten	0	0	14 ¹
WP3	Spielen	0	0	0
WP4	Tanzen, Gestalten, Darstellen	0	0	14 ¹
Summe der Unterrichtsstunden		86	80	78
Verbleibende Freiräume/Schulcurriculum		19	25	27
Gesamtstunden		105	105	105

¹ 2 Angebote innerhalb des Wahlpflichtbereichs, von denen eines ausgewählt wird.

Organisatorische Hinweise Pflichtbereich:

Im Verlauf der Klassen 7-9 werden pro Klasse mindestens vier unterschiedliche Inhaltsbereiche behandelt.

Inhaltsbereich 1

Im Verlauf der Klassen 7-9 werden im Inhaltsbereich „Spielen“ von den Sportspielen Basketball, Fußball, Handball, Volleyball und Badminton mindestens drei, davon zwei Zielschuss-/Zielwurfspiele und ein Rückschlagspiel, behandelt.

Inhaltsbereiche 2-5

Im Verlauf der Klassen 7-9 werden die Inhaltsbereiche „Laufen, Springen, Werfen“, „Bewegen an Geräten“, „Bewegen im Wasser“ und „Tanzen, Gestalten, Darstellen“ mindestens einmal behandelt.

Inhaltsbereich 6

Im Verlauf der Klassen 7-9 wird der Inhaltsbereich „Fitness entwickeln“ in einem eigenen Unterrichtsvorhaben oder mit anderen Inhaltsbereichen vernetzt behandelt.

Organisatorische Hinweise Wahlpflichtbereich:**Inhaltsbereich 1-4**

Im Verlauf der Klassen 7-9 werden aus dem Wahlpflichtbereich zwei Inhaltsbereiche gewählt. Hierbei sind regionale und örtliche Gegebenheiten zu berücksichtigen.

Sport – Klasse 7

Pflichtbereich 3.2.1.1: Spielen

ca. 22 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben „*Wir lernen vielseitig und erfolgreich spielen*“ (ca. 12 Stunden)
Am Beispiel des Spiels Basketball werden die sportpädagogischen Perspektiven kontrastierend erfahren.

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Das Leisten erfahren und reflektieren
Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben „*Volleyball vom 2 gegen 2 zum 3 gegen 3*“ (ca. 10 Stunden)

Am Beispiel des Spiels Volleyball werden die sportpädagogischen Perspektiven integrierend erfahren. Das Sportspiel Volleyball enthält einerseits den Aspekt des Kooperierens und Kommunizierens innerhalb der eigenen Mannschaft, andererseits den Aspekt des Wettkämpfens gegen die gegnerische Mannschaft. Bei diesem Unterrichtsvorhaben sollen die zentralen Taktikbausteine wie Abdecken des Spielfeldes, Bewegung zum Ball, Zusammenspiel, Ball zum Ziel bringen, Anbieten und Orientieren, Lücken erkennen, vermittelt werden. Grundlage des Kompetenzerwerbs sind Spielformen, die einerseits die elementare Spielform enthalten, andererseits aber auf die zentralen Taktikbausteine reduziert sind.

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

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können		<p>Unterrichtsvorhaben: <i>Wir lernen vielseitig und erfolgreich spielen.</i> Die sportpädagogischen Perspektiven werden in drei aufeinanderfolgenden Doppelstunden jeweils akzentuiert und abschließend vergleichend betrachtet.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Basisfertigkeiten Werfen, Dribbeln, Passen ohne und mit Gegenspielern – Gruppentaktische Maßnahmen wie Schneiden zum Korb und 	<p>Lernstandsdiagnose Basketballturnier</p> <p>Reflexion: "War das Turnier für alle Beteiligten ein gelungenes Turnier?"</p> <p>Üben der Basisfertigkeiten Werfen, Passen und Dribbeln unter verschiedenen Perspektiven :</p> <p><u>„Dribbeln nach Fahrplan“ unter der Perspektive „Körpererfahrung“</u></p> <p>Das Dribbling erfolgt mit unterschiedli-</p>
<p>2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen</p>	<p>(1) sportspielspezifische Bewegungstechniken [...] und Balltechniken [...] in Gleichzahlspielen anwenden</p> <p>(2) in Angriff und Abwehr individual- und gruppentaktisch im reduzierten Zielspiel [...] handeln [...]</p> <p>(4) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln</p>		

<p>des Sports erkennen 2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen sportlichen Handelns entwickeln</p> <p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren 6. in sportlichen Handlungssituationen ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 4. [...] verantwortungsvoll handeln [...] 5. den Unterschied zwischen fairem und unfairem Handeln erkennen und sich selbst fair verhalten [...] 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren 7. [...] unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>	<p>(5) wesentliche Merkmale der Grundtechniken nennen und beschreiben (6) Spielsituationen auf Darstellungen [...] erkennen, beschreiben und erklären (7) spielspezifisch wichtige Taktiken für erfolgreiches Spielen nennen und erläutern (8) Fachbegriffe, Regeln und Taktiken dokumentieren (9) regelgerecht und fair – auch ohne Schiedsrichterin oder Schiedsrichter – spielen (13) Spielregeln selbstständig variieren [...]</p>	<p>Ersetzen, Doppelpass – Verbessern des Zusammenspiels durch Regeländerungen</p>	<p>chem Ballmaterial (nach jedem Durchgang muss die Ballart gewechselt werden) sowie Körperteilen und/oder verschiedenen Spielfeldgrößen. An den Fahrtzielen müssen Zusatzaufgaben erledigt werden.</p> <p><u>„Dribbeln nach Fahrplan“ unter der Perspektive „Leistung“</u> Dribbling mit einem Basketball durch den Parcours. Die Aufgabe besteht nun darin, innerhalb einer bestimmten Zeit (z. B. 5 Minuten) möglichst viele Fahrpläne abzuarbeiten.</p> <p><u>„Dribbeln nach Fahrplan“ unter der Perspektive „Kooperation“</u> Das Dribbling erfolgt paarweise mit Handfassung. An den Fahrtzielen müssen Zusatzaufgaben. Jeweils Reflexion der Erfahrungen</p> <p>Abschluss Basketball-Turniere 3 : 3 a) mit leistungshomogenen b) mit leistungsheterogenen, aber chancengleichen Teams Reflexion</p> <p>L BTV, PG, MB</p>
<p>2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...]</p>	<p>(1) sportspielspezifische Bewegungstechniken [...] und Balltechniken [...] in Gleichzahlspielen anwenden (2) in Angriff und Abwehr individual- und gruppentaktisch im reduzierten</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Volleyball vom 1 : 1 über 2 : 2 zum 3 : 3 Im Unterrichtsvorhaben werden die unterschiedlichen sportpädagogischen Perspektiven durch entsprechende Leitfragen angesprochen, z. B.</p>	<p>Lernstandserhebung – Überprüfung der Grundtechniken im 1 mit 1 – Taktische Fähigkeiten im „Ball über die Schnur“ (1 : 1)</p>

<p>anwenden [...]</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz</p> <p>1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen</p> <p>2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen sportlichen Handelns entwickeln</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>5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p> <p>6. in sportlichen Handlungssituationen 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>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> <p>7. [...] unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>	<p>Zielspiel [...] handeln [...]</p> <p>(3) mannschaftstaktische Elemente [...] im reduzierten Zielspiel anwenden</p> <p>(4) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln</p> <p>(5) wesentliche Merkmale der Grundtechniken nennen und beschreiben</p> <p>(6) Spielsituationen auf Darstellungen [...] erkennen und beschreiben</p> <p>(7) spielspezifisch wichtige Taktiken für erfolgreiches Spielen nennen</p> <p>(8) Fachbegriffe, Regeln und Taktiken dokumentieren</p> <p>(11) die eigene Spielfähigkeit einschätzen</p> <p>(12) mit Emotionen [...] umgehen und sie reflektieren</p> <p>(13) Spielregeln angeleitet variieren [...]</p> <p>(14) Spiele wettkampfgemäß organisieren</p>	<ul style="list-style-type: none"> - „Wie müssen wir uns in der Zweiergruppe (Dreiergruppe) verhalten, um erfolgreich zu spielen?“ - „Wie müssen wir uns in der Dreiergruppe verhalten, um Punkte zu erzielen?“ - „Welche Maßnahmen müssen wir jeweils ergreifen, um den Spielfluss beim Pritschen aufrecht zu erhalten?“ 	<p>Aufgaben zum Kompetenzerwerb</p> <ul style="list-style-type: none"> - vom 2 : 2 bis zum 3 : 3 - selbstständiges Erarbeiten taktischer Grundkonzeptionen im Volleyball - mit geeigneten Übungs- und Spielformen die technische Ausführung der Schläge verbessern - Überprüfung des Leistungszuwachses (z. B. „Wie häufig können wir als Paar den Ball ohne Fehler in technisch guter Ausführung über 3m - 4m pritschen/baggern?“) - Wettkämpfe (Kaiserspiel...) <p>Möglichkeiten der Niveaudifferenzierung im Bereich der kognitiv/reflexiven Kompetenzen:</p> <p>(6) E: [...] erkennen, beschreiben und erklären</p> <p>(7) E: nennen und erläutern</p> <p>(13) E: [...] selbstständig variieren</p> <p>Kompetenztestaufgaben (Performanz)</p> <p>Spiel 3 : 3 mit Annahme (oben oder unten) auf Zuwurf von der Feldmitte (Zuspiel auf „Aufbauspieler“ – Zuspiel auf Angriffsspieler – Spiel in die gegnerische Feldhälfte)</p> <p>Als Differenzierung dürfen ungeübtere Schülerinnen und Schüler den Ball auch fangen.</p> <p>Reflexionsaufgaben (Feedback)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thematisierung der sportpädagogischen Perspektive
---	---	--	---

			im Unterrichtsgespräch L BTV, PG
--	--	--	-------------------------------------

Pflichtbereich 3.2.1.2: Laufen, Springen, Werfen

mit Pflichtbereich 3.2.1.6: Fitness entwickeln integriert
ca. 16 Std.+ 6 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Die Schülerinnen und Schüler festigen und erweitern ihr Bewegungsrepertoire sowie ihre Bewegungssensibilität, sie verbessern ihre Bewegungsqualität und können die eigene Leistung realistisch einschätzen.

Sie erkennen, dass sie ihre Fitness beeinflussen und verbessern können. Sie erfassen die Bedeutung des Übens, erkennen Leistungsfortschritte und können sie dokumentieren.

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben *„Hoch/Tief starten und schnell sprinten“* (ca. 4 Stunden)

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Das Leisten erfahren und reflektieren
Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben *„Wie springe ich möglichst weit?“* (ca. 5 Stunden)

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

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben *„Weit und genau werfen mit verschiedenen Bällen“* (ca. 5 Stunden)

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Das Leisten erfahren und reflektieren
Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben *„Lauf dich fit – entspannt und freudvoll – ausdauernd laufen“* (ca. 8 Stunden)

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

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können		Unterrichtsvorhaben: Hoch/Tief starten und schnell sprinten Startvarianten mit Tiefstart-Einführung und sprinten Startblöcke einstellen und starten	"Auf-die-Plätze": Arme etwa senkrecht "Fertig": vorderes Bein etwa in rechtem Winkel im Kniegelenk "Los": explosiver Abdruck, hinteres Bein löst sich zuerst vom Block nach Tiefstart: allmähliches
2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden	(1) unter Berücksichtigung grundlegender Technikmerkmale schnell [...] laufen (5) aus zwei der drei Bereiche Sprint, Weit-/Hochsprung und Stoß/Wurf jeweils eine Disziplin		

<p>4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen 2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen sportlichen Handelns entwickeln</p> <p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 3. die Bedeutung von Bewegung für das eigene Wohlbefinden und die Gesundheit einschätzen und gesundheitsbewusst handeln 6. in sportlichen Handlungssituationen ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 4. [...] verantwortungsvoll handeln 7. [...] unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>	<p>wettkampfgerecht ausführen (7) leistungsbestimmende Merkmale und Techniken nennen und beschreiben</p>		<p>Aufrichten, schwungvoller Armeinsatz, hohe Schrittfrequenz</p> <p>Vergleichsläufe mit verschiedenen Startvarianten</p> <p>Videoaufnahmen</p> <p>Möglichkeiten der Niveaudifferenzierung im Bereich der kognitiv/reflexiven Kompetenzen: (7) E: [...] nennen, beschreiben und erklären</p> <p>L PG, MB</p>
	<p>(2) unter Berücksichtigung grundlegender Technikmerkmale weit [...] springen (5) aus zwei der drei Bereiche Sprint, Weit-/Hochsprung und Stoß/Wurf jeweils eine Disziplin wettkampfgerecht ausführen (7) leistungsbestimmende Merkmale und Techniken nennen und beschreiben</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Wie springe ich möglichst weit? Anlaufdistanz und -geschwindigkeit variieren, Absprung vom Balken mit Schwungbeineinsatz, zweckmäßig landen, Wettkampfgregeln</p>	<p>z. B. Hindernisse überspringen Videoaufnahmen</p> <p>Möglichkeiten der Niveaudifferenzierung im Bereich der kognitiv/reflexiven Kompetenzen: (7) E: [...] nennen, beschreiben und erklären</p> <p>L PG, MB</p>
	<p>(3) unter Berücksichtigung grundlegender Technikmerkmale weit werfen [...] (5) aus zwei der drei Bereiche Sprint, Weit-/Hochsprung und Stoß/Wurf jeweils eine Disziplin wettkampfgerecht ausführen</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Weit und genau werfen mit verschiedenen Bällen (200 g Schlagball, Handball, Basketball, Football...) geradlinige Würfe Langer Beschleunigungsweg, Stemmschritt, Impulsübertragung,</p>	<p>Videoaufnahmen Gruppenwettkämpfe</p> <p>Möglichkeiten der Niveaudifferenzierung im Bereich</p>

	<p>(7) leistungsbestimmende Merkmale und Techniken nennen und beschreiben</p>	<p>hoher Ellbogen Abwurfwinkel variieren Weit- und Zielwürfe kombinieren</p>	<p>der kognitiv/reflexiven Kompetenzen: (7) E: [...] nennen, beschreiben und erklären</p> <p>L BTV, PG, MB</p>
	<p>(4) 30 Minuten ohne Unterbrechung laufen</p> <p>(6) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln</p> <p>(8) die eigene Leistung realistisch einschätzen</p> <p>(10) die eigene Leistungsentwicklung beschreiben und dokumentieren</p> <p>aus 3.2.1.5 Fitness entwickeln:</p> <p>(1) in sportlichen Anforderungssituationen entwicklungsgemäß angepasste konditionelle und koordinative Leistungen erbringen</p> <p>(3) ein individuelles Fitnessstraining ausführen</p> <p>(4) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln</p> <p>(6) Prozesse des Übens und Trainierens reflektieren</p> <p>(7) ihren Fitnesszustand realistisch einschätzen</p> <p>(8) das Herz-Kreislauf-System [...] funktional beschreiben</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Lauf dich fit – entspannt und freudvoll – ausdauernd laufen</p> <p>Ziel: 30 Min. in individuellem Tempo laufen, Leistungen systematisch verbessern und erfassen</p> <p>Eingangstest, Abschluss: 30-Minuten-Lauf-Challenge für alle Bedeutung der Ausdauer für die Gesundheit thematisieren</p>	<p>DLV Laufabzeichen Stufe 2 siehe: www.leichtathletik.de</p> <p>Anknüpfen an Klassen 5 und 6</p> <p>Differenzierung im Laufe des Unterrichtsvorhabens über die Laufdauer und, nur bei leistungsstarken Schülerinnen und Schülern, gegebenenfalls über das Lauftempo</p> <p>Lauf-Tagebuch einführen, eventuell mit Belastungsskala</p> <p>Schülerinnen und Schüler erfahren beim Laufen die anatomischen Grundlagen des Herz-Kreislauf-Systems, z. B. in einer "Körperlandkarte"</p> <p>Technikerwerb in Partnerarbeit (Schüler-Feedback)</p> <p>F BIO L PG MB</p>

	(10) ihren konditionellen Entwicklungsprozess wahrnehmen und dokumentieren (11) [...] Möglichkeiten [...] zur Entwicklung ihrer Fitness einschätzen		
--	--	--	--

Pflichtbereich 3.2.1.3: Bewegen an Geräten

ca. 16 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben: „*Wir setzen uns mit der Sprunghocke längs über den Kasten auseinander*“ (ca. 8 Stunden):
 Die Sprunghocke über den Kasten längs kann von den Schülerinnen und Schülern als sinnvoll erlebt werden, wenn sie das Springen und Fliegen über einen Kasten als Herausforderung begreifen, als eine Möglichkeit, ihre Angst zu besiegen und ihre Körperbeherrschung zu erleben.
 Daher wird bei diesem Unterrichtsvorhaben das pädagogische Vermittlungsverfahren des „problemlösenden Unterrichts“ mit einem methodischen Vorgehen gekoppelt, das die Schülerinnen und Schüler bewusst entscheiden lässt, wie weit sie in der Vermittlung in Abhängigkeit ihrer Voraussetzungen (Lernstand, Mut) gehen möchten. Dabei sollen sie gleichzeitig aufgefordert werden, so viele Übungsschritte wie möglich auszuführen.

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
 Das Leisten erfahren und reflektieren
 Etwas wagen und verantworten

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben: „*Wir turnen im Team und gestalten aus Bewegungsfertigkeiten an zwei verschiedenen Geräten eine Gruppenkür*“ (8 Stunden)
 In diesem Unterrichtsvorhaben soll das Turnen zum Gruppenerlebnis werden, der Teamgedanke wird gefördert (Turnen als "Mannschaftssportart"). Beim Gruppenturnen muss nicht von einem homogenen Fertigniveau ausgegangen werden. Vielmehr ist es möglich, individuellen Leistungsvoraussetzungen gerecht zu werden. Durch die gemeinschaftliche Darstellung fühlen sich die Schülerinnen und Schüler in ihrer Demonstration nicht allein gelassen. Ziel des Unterrichtsvorhabens ist die Präsentation einer gemeinsam erarbeiteten Bewegungskomposition nach Musik.

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
 Sich körperlich ausdrücken und Bewegungen gestalten
 Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können		Unterrichtsvorhaben: <i>Wir setzen uns mit der Sprunghocke längs über den Kasten auseinander</i> Entwicklung der Bewegungsvorstellung durch – bewegte und statische Bilder – Rückmeldung unterschiedlicher Art	Video (z. B. YouTube) Lernkarten mit Phasenbild und Bewegungsbeschreibung z. B. unter www.sportunterricht.de Lernkarten mit typischen Fehlern und deren Korrektur
2.1. Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]	(2) weitere normgebundene Turnfertigkeiten [...] ausführen (zum Beispiel Handstützüberschlag unter erleichterten Bedingungen, Sprunghocke über den Kasten) (3) Helfergriffe sachgerecht anwenden (zum Beispiel Klammergriff) (5) leistungsbestimmende Merkmale turnerischer Fertigkeiten nennen und beschreiben		
2.3. Personalkompetenz			

<p>1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 4. [...] Auswirkungen ihres Bewegungshandelns [...] wahrnehmen und verstehen 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren 6. [...] ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4. Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 4. [...] verantwortungsvoll handeln [...] 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren 7. [...] unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>	<p>(6) leistungsbestimmende Merkmale und Fehler bei sich und anderen mit Hilfsmitteln (zum Beispiel Beobachtungskarte, Video) erkennen, benennen und korrigieren (7) Techniken des Helfens und Sicherns beschreiben [...] (10) gemäß ihren individuellen Leistungsvoraussetzungen Wagnis- und Leistungssituationen mit normgebundenen und normungebundenen Fertigkeiten selbstständig und in der Gruppe lösen [...]</p>	<p>Kompetenzerwerb an verschiedenen Stationen mit binnendifferenzierten Aufgabenkarten und Beobachtungskarten</p> <p>Thematisierung von Angst beim Überspringen und Selbstüberschätzung sowie des Leistungsbegriffs</p>	<p>Stationen: 1. Mattenberg aus 4 Weichbodenmatten 2. Kasten quer gestellt 3. zwei Kästen quer gestellt 4. drei Kästen quer gestellt 5. ein Kasten längs gestellt</p> <p>Aufgabenkarten für die einzelnen Stationen mit verbalen und visuellen Hilfen</p> <p>Lernkarten für das Sichern und Helfen</p> <p>Beobachtungskarten für die Partnerrückmeldung</p> <p>Möglichkeiten der Niveaudifferenzierung im Bereich der kognitiv/reflexiven Kompetenzen: (5) G: [...] erkennen und benennen M: [...] erkennen, benennen und korrigieren E: [...] erkennen, benennen und korrigieren (6) G: [...] erkennen und benennen</p> <p>Schülerinnen und Schüler arbeiten in Kleingruppen an derjenigen Station, die ihrem Mut und Können entspricht.</p> <p>Alternative Organisation: Gruppenpuzzle mit folgenden Expertengruppen: Organisation, Information, Methoden, Sicherheit</p> <p>L BTV, PG, MB</p>
<p>2.1. Bewegungskompetenz</p>	<p>(1) turnerische Grundtätigkeiten unter</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Wir turnen im</p>	<p>Geräte:</p>

<p>2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 3. Bewegungen gestalten und sich durch Bewegung ausdrücken</p> <p>2.2. Reflexions- und Urteilskompetenz</p> <p>1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen 2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen sportlichen Handelns entwickeln</p> <p>2.3. Personalkompetenz</p> <p>1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren 6. [...] ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4. Sozialkompetenz</p> <p>1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 4. [...] verantwortungsvoll handeln [...] 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren 7. [...] unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>	<p>erschweren Bedingungen [...], Grundtätigkeiten [...] ausführen (3) Helfergriffe sachgerecht anwenden (zum Beispiel Klammergriff) (4) bei ihrem sportlichen Bewegunghandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln (8) erlernte normgebundene turnerische Fertigkeiten in Bewegungsverbindungen präsentieren (9) aus Grundtätigkeiten des Turnens, [...] Bewegungsverbindungen gestalten und präsentieren [...]</p>	<p>Team und gestalten aus Bewegungsfertigkeiten an zwei verschiedenen Geräten eine Gruppenkür. Üben der Bewegungsfertigkeiten in Kleingruppen mithilfe verbaler und visueller Hilfen</p> <p>Eigenständiges Gestalten einer Gruppenübung aus den Bewegungsfertigkeiten</p> <p>Präsentation der selbstständig erarbeiteten Gruppenkür mit Musik</p>	<p>z. B. Boden und Trapez (Schaukelringe)</p> <p>Bewegungsfertigkeiten am Boden: Handstand, Rolle vorwärts und rückwärts, Sprungrolle, Handstandabrollen, Rad, Kerze, Standwaage, Sprünge, akrobatische Elemente wie Flieger, Stuhl, Pyramiden</p> <p>Bewegungsfertigkeiten am Trapez: Tippschwingen, Sturzhang, schaukeln im Sitzen und Stehen, Kniehang (freihändig) und Abgänge vom Gerät</p> <p>Lernkarten</p> <p>Eine Gruppe besteht aus 12 Schülerinnen bzw. Schülern, die in vier Kleingruppen A – D untergliedert wird. Die Lehrperson gibt Anregungen für verschiedene Darbietungsformen. Die Schülerinnen und Schüler haben die Aufgabe, die Gruppenkür eigenständig zu komplettieren, wobei nicht alle die gleichen Übungen ausführen müssen.</p> <p>Alternative Vorgehensweise: Um das selbstständige Gestalten zu erleichtern, erarbeiten die Gruppen unter Anleitung der Lehrperson eine Gruppenkür.</p> <p>L BTV, PG, MB</p>
---	---	--	---

Pflichtbereich 3.2.1.4: Bewegen im Wasser

ca. 26 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben: *„Schwimmtraining individuell gestalten – sich Ausdauerziele setzen und beharrlich verfolgen“* (ca. 12 Stunden)
 In diesem Unterrichtsvorhaben sollen die Schülerinnen und Schüler ihr Wasserbewegungsgefühl durch große Umfänge verbessern. Selbstständiges Üben und die Übernahme von Verantwortung für den Lernerfolg stehen im Fokus.

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
 Fitness verbessern und Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben: *„Wir lernen andere zu retten“* (ca. 8 Stunden)
 In diesem Unterrichtsvorhaben sollen die Schülerinnen und Schüler ihr Wasserbewegungsgefühl verbessern und ihre Rettungsfähigkeit erweitern. Mutsituationen und der Umgang mit Angst können in Abhängigkeit von der Lerngruppe thematisiert werden.

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben: *„Sprünge vielfältig wagen und verantworten“* (ca. 6 Stunden)
 In diesem Unterrichtsvorhaben sollen die Schülerinnen und Schüler ihr Bewegungsrepertoire erweitern, der Umgang mit Angst wird thematisiert. Die Leistungsperspektive kann beim gemeinsamen Erarbeiten von Bewertungskriterien für die Sprünge in den Vordergrund gerückt werden.

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
 Etwas wagen und verantworten
 Das Leisten erfahren und reflektieren

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können		Unterrichtsvorhaben: Schwimmtraining individuell gestalten – sich Ausdauerziele setzen und beharrlich verfolgen – eigenverantwortliches Üben: „Trainingsprogramm“ wird zu Beginn des Unterrichts auf eine Flipchart geschrieben, Differenzierung über Geschwindigkeit, Anzahl und Dauer der	Die Übernahme von Verantwortung für den Lernerfolg steht im Fokus. Bessere Schwimmer erhalten motivierende Zusatzaufgaben.
2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]	(1) zwei Schwimmtechniken mit Starts und Wenden unter Berücksichtigung wichtiger Technikmerkmale [...] über eine Strecke von 25 m demonstrieren (2) eine weitere Schwimmtechnik in der Grobform ausführen (3) 400 m in höchstens 25 Minuten schwimmen, davon 300 m in Bauch- und 100 m in Rückenlage		
2.2 Reflexions- und Urteilskompe-			

<p>tenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen 2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen sportlichen Handelns entwickeln</p> <p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 3. die Bedeutung von Bewegung für das eigene Wohlbefinden und die Gesundheit einschätzen und gesundheitsbewusst handeln 6. in sportlichen Handlungssituationen ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 4. in Übungs- und Wettkampfsituationen verantwortungsvoll handeln, zum Beispiel Regeln und Vereinbarungen einhalten</p>	<p>(6) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln (7) wichtige Merkmale von zwei Schwimmtechniken nennen und erklären (8) Bade- und Sicherheitsregeln benennen und einhalten (9) die eigene Leistungsfähigkeit beim Bewegen im Wasser einschätzen</p>	<p>Pausen wird von den Schülerinnen und Schülern in Eigenregie geregelt</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technikerwerb in Partnerarbeit (Schüler-Feedback) - Ausdauerstest 	<p>Lernaufgaben, Beobachtungskarten und Videoaufnahmen</p> <p>Möglichkeiten der Niveaudifferenzierung im Bereich der kognitiv/reflexiven Kompetenzen: (7) G: [...] nennen</p> <p>L PG, MB</p>
<p>2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 3. Bewegungen gestalten und sich durch Bewegung ausdrücken 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen</p>	<p>(8) Bade- und Sicherheitsregeln benennen und einhalten (9) die eigene Leistungsfähigkeit beim Bewegen im Wasser einschätzen (10) Wassersprünge variieren</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Sprünge wagen und verantworten</p> <ul style="list-style-type: none"> - gemeinsame Erarbeitung von Bewertungskriterien für die Sprünge (z. B. Schwierigkeit, Ausführung, Ästhetik) - Erlernen verschiedener Sprünge - Sprungwettkampf 	<p>Umgang mit Angst thematisieren (z. B. Selbstsuggestion, schrittweise Erhöhung der Schwierigkeit)</p> <p>L PG</p>

<p>2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen sportlichen Handelns entwickeln</p> <p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p>			
<p>2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen 2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen sportlichen Handelns entwickeln</p> <p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 3. die Bedeutung von Bewegung für das eigene Wohlbefinden und die Gesundheit einschätzen und gesundheitsbewusst handeln 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren 6. in sportlichen Handlungssituationen ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz</p>	<p>(4) sich beim Tauchen orientieren (zum Beispiel nach Ringen tauchen, durch Reifen tauchen) (5) einen Transportgriff anwenden (6) bei ihrem sportlichen Bewegunghandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln (8) Bade- und Sicherheitsregeln benennen und einhalten (9) die eigene Leistungsfähigkeit beim Bewegen im Wasser einschätzen</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Wir lernen andere zu retten.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Transportgriff (z. B. Achsel-schleppgriff oder Kopf-Schleppgriff) - Tauchen mit verschiedenen Aufgaben - Sich unter Wasser bewegen, orientieren und verständigen - Atemregulierung bewusst vornehmen und die Zeitdauer des Atemanhaltens verlängern - Mit kontrollierten Kopfbewegungen die Bewegungsrichtung des Körpers steuern - Mutsituationen erleben 	<p>Einsatz von Lernkarten</p> <p>Umgang mit Angst thematisieren</p> <p>LPG</p>

4. in Übungs- und Wettkampfsituationen verantwortungsvoll handeln, zum Beispiel Regeln und Vereinbarungen einhalten			
---	--	--	--

Pflichtbereich 3.2.1.6: Fitness entwickeln – integriert

Verbleibende Freiräume/Schulcurriculum:

ca. 19 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.

Sport – Klasse 8

Pflichtbereich 3.2.1.1: Spielen

ca. 16 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben: *„Erfolgreich gegeneinander Fußball spielen im Spiel 3 : 3“* (ca. 8 Stunden):

Das Unterrichtsvorhaben basiert auf den Fertigkeiten, Fähigkeiten und Kenntnissen der Schülerinnen und Schüler aus den Klassen 5 und 6. So kennen sie z. B. die Dreiecksaufstellung als Grundordnung im Angriff. Da die Schülerinnen und Schüler in dieser Altersstufe noch große Schwierigkeiten in der Verarbeitung von weiten Flugbällen haben, wird vorwiegend mit Flachpässen über kürzere und mittlere Distanzen gespielt. Auf diese Weise werden die technischen Anforderungen an die Schülerinnen und Schüler reduziert. Im Bereich der Taktik liegt der Schwerpunkt auf der Verbesserung des Freilaufens und Zusammenspielens. Die Lernprozesse sollen spielnah und genetisch entwickelt werden.

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Das Leisten erfahren und reflektieren
Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen

Vorbemerkung zum Unterrichtsvorhaben: *„Das Fußballspiel für alle gemeinsam spielbar machen“* (ca. 8 Stunden):

Das Unterrichtsvorhaben folgt dem Ziel, das Spiel situativ so anzupassen, dass Kooperation und reale Chancengleichheit in der konkurrenzorientierten Spielform Fußball gefördert werden können und ein ergebnisoffenes Spiel entsteht, an dem sich alle Schülerinnen und Schüler gleichermaßen beteiligen können. Mögliche Spielvariablen sind z. B. Regeländerungen, Material, Spielfeldgröße und Spielerzahl. Die Spielfähigkeit im Sinne von regelbewusstem Handeln und Fair Play wird gefördert.

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

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können			
<p>2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]</p> <p>2.3. Personalkompetenz</p>	<p>(1) sportspielspezifische Bewegungstechniken [...] und Balltechniken [...] in Gleichzahlspielen anwenden (2) in Angriff und Abwehr individual- und gruppentaktisch im reduzierten Zielspiel [...] handeln [...]</p> <p>(3) mannschaftstaktische Elemente [...] im reduzierten Zielspiel anwenden</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Erfolgreich gegeneinander Fußball spielen im Spiel 3 : 3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Konfrontation mit dem normierten Wettkampfspiel 3 : 3 in Form eines Turniers - Die Bedeutung des Miteinanders für erfolgreiches Spielen durch das 	<p>Beobachtungsbogen mit Aufgaben wie: Sind alle Spielerinnen und Spieler gleichermaßen am Spiel beteiligt? Erkennst du eine taktische Grundaufstellung, -ausrichtung? Welche Regeln werden häufig nicht</p>

<p>1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 4. [...] Auswirkungen ihres Bewegungshandelns [...] wahrnehmen und verstehen 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren 6. [...] ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4. Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 4. [...] verantwortungsvoll handeln [...] 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren 7. [...] unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>	<p>(5) wesentliche Merkmale der Grundtechniken nennen und beschreiben (6) Spielsituationen auf Darstellungen [...] erkennen und beschreiben (7) spielspezifisch wichtige Taktiken für erfolgreiches Spielen nennen (8) Fachbegriffe, Regeln und Taktiken dokumentieren (11) die eigene Spielfähigkeit einschätzen (12) mit Emotionen [...] umgehen und sie reflektieren</p>	<p>Sammeln von Kontrasterfahrungen in konkurrenz- und kooperationsorientierten Spielsituationen erkennen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Basisfertigkeiten (Passen, Dribbeln, Torschuss) zur Steigerung der gemeinsamen Spielfähigkeit üben - Verbessern des Zusammenspiels durch Anwendung von individual- und gruppentaktischen Maßnahmen - Umschalten zwischen Angriff und Abwehr - Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Angriffsmittel in einem Turnier anwenden 	<p>eingehalten?</p> <p>Reflexion des Beobachtungsbogens → Klärung der Spielprobleme: Verbesserung der technischen Fertigkeiten (Passen, Dribbeln, Torschuss) und taktischen Fähigkeiten; Erkennen der Bedeutung des Miteinanderspiels</p> <p>Aufgabenkarten zu verschiedenen Basisfertigkeiten (Binnendifferenzierung durch gestufte Lernhilfen mit Übungsformen)</p> <p>Aufgabenkarten mit verschiedenen taktischen Spielsituationen (z. B. Freilaufen auf den Flügeln, Passen und laufen und ersetzen, Doppelpass, Hinterlaufen, Umschalten von Angriff auf Abwehr)</p> <p>Lösung der taktischen Spielsituationen erfolgt durch die Schülerinnen und Schüler (Gruppenarbeit)</p> <p>Schülerinnen und Schüler erkennen die Notwendigkeit einer Kommunikation untereinander (Binnendifferenzierung durch gestufte Lernhilfen mit Übungsformen zur Schulung des Verhaltens in verschiedenen individual-, gruppen- und mannschaftstaktischen Situationen).</p> <p>Möglichkeiten der Niveaudifferenzierung im Bereich der kognitiv/reflexiven Kompetenzen: (6): E: [...] erkennen, beschreiben und erklären (7) E: [...] nennen und erläutern</p>
--	--	---	---

			<p>erklären</p> <p>Turnierform „Kaiserspiel“: Die 4 Spielfelder unterscheiden sich durch unterschiedliche Tore.</p> <p>Selbst- und Partnerdiagnosebogen zur Selbsteinschätzung bzw. als Feedback</p> <p>L BTV, MB</p>
<p>2.1 Bewegungskompetenz 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen 2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen sportlichen Handelns entwickeln</p> <p>2.3. Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 4. [...] verantwortungsvoll handeln 5. den Unterschied zwischen fairem und unfairem Handeln erkennen und sich selbst fair verhalten [...]</p>	<p>(4) bei ihrem sportlichen Bewegunghandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln (9) regelgerecht und fair – auch ohne Schiedsrichterin oder Schiedsrichter – spielen (10) Spielleitungsaufgaben übernehmen (11) die eigene Spielfähigkeit einschätzen (12) mit Emotionen [...] umgehen und sie reflektieren (13) Spielregeln angeleitet variieren [...] (14) Spiele wettkampfgemäß organisieren</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Das Fußballspiel für alle gemeinsam spielbar machen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kennenlernen verschiedener Fußball-Spiele und den „Witz des Spiels“ begreifen, z. B. Kreisfußball (Kemari), Kegelfußball - Reflexion: Gemeinsamkeiten und Unterschiede dieser Spiele in Bezug auf das normierte Fußballspiel - Erkenntnis: Kern des Fuß-Ball-Spiels = Ball mit dem Fuß in ein Ziel zu befördern. Spielidee Fußball = unterschiedliche Spiele mit unterschiedlichen Regeln, wovon eines unser normiertes Wettkampfspiel ist. - Erarbeitung: Funktion von Regeln, Kriterien für ein funktionierendes Spiel (Ergebnisoffenheit, Chancengleichheit, Beteiligung aller Spielerinnen und Spieler) - Richtig Fußball spielen – Konfrontation mit dem normierten Fußballspiel in heterogenen Teams, Analyse der erkannten Spielprobleme und Erarbeitung von Lösungsvorschlägen 	<p>Flipchart</p> <p>Entwicklung, Erprobung und Reflexion von Regeln als Grundlage für ein funktionierendes Fußballspiel für alle</p> <p>Möglichkeiten der Niveaudifferenzierung im Bereich der kognitiv/reflexiven Kompetenzen: (13) E: [...] angeleitet variieren</p> <p>Schülerinnen und Schüler entwickeln mit Unterstützung durch die Lehrperson „Handicaps“. Schülerinnen und Schüler weisen die Handicaps den einzelnen Spielerinnen/Spielern zu.</p> <p>F SPOPROFIL Hinweis auf das Profilfach Sport an der Gemeinschaftsschule:</p>

<p>6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren 7. [...] unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Erprobung individueller „Handicaps“, um die Heterogenität in und zwischen den Mannschaften auszugleichen und die Spielfähigkeit durch Kooperation aller Teammitglieder zu fördern. - Die „Probe aufs Exempel“ – ein Abschlussturnier zur Überprüfung der Wirkung der „Handicaps“ für ein funktionierendes Spiel 	<p>Eine niveaudifferenzierte Vertiefung im Bereich Wissen ist sinnvoll (siehe 3.2.1.5).</p> <p>Inaktive Schülerinnen und Schüler fungieren als Beobachter, Schiedsrichter und Handicap-Kontrolleure (Beobachtungsbogen).</p> <p>L BTV, PG</p>
--	--	--	---

Pflichtbereich 3.2.1.2: Laufen, Springen, Werfen

ca. 16 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Die Schülerinnen und Schüler festigen und erweitern ihr Bewegungsrepertoire sowie ihre Bewegungssensibilität. Sie verbessern ihre konditionellen Voraussetzungen und ihre Bewegungsqualität. Sie erkennen ihre Leistungsfortschritte, verbessern ihre Selbsteinschätzung und erfassen die Bedeutung des Übens.

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben „Vom Werfen zum Stoßen“ (ca. 5 Stunden)

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Das Leisten erfahren und reflektieren
Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben „Wie springe ich möglichst hoch?“ (ca. 6 Stunden)

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Das Leisten erfahren und reflektieren
Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben „Die Leistung im leichtathletischen Team-Wettkampf – 2 aus 4“ (ca. 5 Stunden)

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Das Leisten erfahren und reflektieren
Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können		Unterrichtsvorhaben: Vom Werfen zum Stoßen Über vielfältiges Werfen verschiedene Wurfarten erfahren: – Vom Ein-Schritt-Wurf über den Drei-Schritt-Wurf zum Schlagwurf „Drei-Plus“ – Drehwürfe mit Fahrradreifen, Tennisringen, Schleuderbällen – über Schockwürfe mit Ganzkörperstreckung und Beineinsatz zum Stoßen	Werfen auf hohe Ziele, verschiedene Entfernungen, schnell und kräftig werfen Verschiedene Wurfgeräte, z. B. Wurfstäbe, Pfeifbälle, Flatterbälle <div style="background-color: #f4a460; padding: 5px;"> Möglichkeiten der Niveaudifferenzierung im Bereich der kognitiv/reflexiven Kompetenzen: (7) E: [...] nennen, beschreiben und </div>
2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]	(3) unter Berücksichtigung grundlegender Technikmerkmale weit werfen, stoßen und schleudern [...] (5) aus zwei der drei Bereiche Sprint, Weit-/Hochsprung und Wurf/Stoß jeweils eine Disziplin (6) [...] zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln (7) leistungsbestimmende Merkmale und Techniken nennen und beschreiben [...] (8) die eigene Leistung realistisch		
2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen			

<p>2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen sportlichen Handelns entwickeln</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>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 verlässlich 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>5. [...] kommunizieren, kooperieren und konkurrieren</p> <p>6. [...] unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz</p> <p>1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen</p> <p>2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen sportlichen Handelns entwickeln</p>	<p>einschätzen</p> <p>(9) leistungsbestimmende Merkmale und Fehler bei sich und anderen [...] erkennen, benennen und korrigieren</p> <p>(10) die eigene Leistungsentwicklung beschreiben und dokumentieren [...]</p>	<p>- Einführung des Stoßens mit Medizinbällen (> 1,5 kg) und Angetechnik</p> <p>Unterrichtsvorhaben: Wie springe ich möglichst hoch?</p> <p>- Schersprung</p> <p>- Flop mit kurvenförmigem Anlauf; Erarbeitung von Anlauf (Radius), Absprung (Entfernung zur Latte), Sprungbein und Körperstreckung im Flug, Körperhaltung bei Lattenüberquerung, Landung auf dem Rücken</p>	<p>erklären</p> <p>(9) G: [...] bei anderen [...] erkennen und benennen</p> <p>F SPOPROFIL</p> <p>Hinweis auf das Profillfach Sport an der Gemeinschaftsschule:</p> <p>Eine niveaudifferenzierte Vertiefung im Bereich Wissen ist sinnvoll (3.2.1).</p> <p>L PG</p> <p>Als Vorbereitung auf das Hochspringen kann Koordinationsschulung über Seilspringen und Sprungkraftschulung im Sprunggarten mit verschiedenen Hindernissen und Sprungbahnen durchgeführt werden.</p> <p>Technikverbesserung in Partnerarbeit</p> <p>Lehrvideos zu den verschiedenen Hochsprungstechniken, z. B. bei YouTube</p> <p>Arbeitskarten, Kann-ich-Karten zur Selbsteinschätzung und Beobachtungsbögen für Schüler-Feedback</p> <p>Animierte Bildreihen unter: www.sportunterricht.de</p> <p>F SPOPROFIL</p> <p>Hinweis auf das Profillfach Sport an der Gemeinschaftsschule:</p> <p>Eine niveaudifferenzierte Vertiefung im Bereich Wissen ist sinnvoll (3.2.1).</p>
---	--	--	---

<p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 3. die Bedeutung von Bewegung für das eigene Wohlbefinden und die Gesundheit einschätzen und gesundheitsbewusst handeln 6. [...] ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 4. [...] verantwortungsvoll handeln, zum Beispiel Regeln und Vereinbarungen einhalten</p>		<p>Unterrichtsvorhaben: Die Leistung im leichtathletischen Teamwettkampf – 2 aus 4</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler führen in Kleingruppen (an die Gruppengröße angepasst) einen Teamwettkampf durch, bei dem jede/r in zwei der leichtathletischen Disziplinen startet (75 m, Sprint, Weitsprung oder Hochsprung, Ballweitwurf, 12-Minutenlauf). Innerhalb der Gruppe müssen alle Disziplinen mindestens zweimal absolviert werden. Individuelle Leistungen werden im Team zur Gruppenleistung zusammengeführt.</p>	<p>L PG, MB</p> <p>Eine gute individuelle Selbsteinschätzung und geschicktes Taktieren innerhalb der Kleingruppe führen zu einer erfolgreichen Gruppenleistung.</p> <p>Die Regelung über die zu wählenden Disziplinen kann weiter eingeschränkt werden, z. B. eine Laufdisziplin muss gewählt werden.</p> <p>Die Ergebnisse werden auf einer Wettkampfkarte dokumentiert.</p> <p>F SPOPROFIL</p> <p>Hinweis auf das Profillfach Sport an der Gemeinschaftsschule: Eine niveaudifferenzierte Vertiefung im Bereich Wissen ist sinnvoll (3.2.1).</p> <p>L BTV, PG</p>
---	--	--	---

Pflichtbereich 3.2.1.3: Bewegen an Geräten mit Pflichtbereich

3.2.1.6: Fitness entwickeln integriert ca. 16 Std.+ 6 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Die Schülerinnen und Schüler sollen durch dieses Unterrichtsvorhaben eine umfassendere und differenziertere Vorstellung über Fitness erhalten. Sie erfahren, wie in einem Inhaltsbereich, hier Bewegen an Geräten, Fitness zum Thema wird. Damit wird die Wechselwirkung zwischen spezifischen Anforderungen unterschiedlicher Sportarten und Fitness verdeutlicht. Die Gemeinsamkeiten und Unterschiede einer gesundheits- und sportorientierten Fitness werden reflektiert. Da Trainingsprozesse häufig durch Fremdbestimmung und Manipulation gekennzeichnet sind, sollen sich die Schülerinnen und Schüler kritisch und differenziert damit auseinandersetzen.

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Gesundheit verbessern und Gesundheitsbewusstsein entwickeln
Etwas wagen und verantworten

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können			
<p>2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen 2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen [...] entwickeln</p> <p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben</p>	<p>Pflichtbereich 3.2.1.3: Bewegen an Geräten (1) die turnerischen Grundtätigkeiten [...] an unterschiedlichen Geräten [...] und Gerätekombinationen anwenden (2) weitere normgebundene Turnfertigkeiten [...] ausführen [...] (3) Helfergriffe sachgerecht anwenden (zum Beispiel Klammergriff) (4) [...] zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln (5) leistungsbestimmende Merkmale [...] nennen und beschreiben (6) leistungsbestimmende Merkmale und Fehler [...] erkennen, benennen und korrigieren (7) Techniken des Helfens und Sicherns beschreiben [...] (8) erlernte normgebundene turnerische Fertigkeiten in Bewegungsverbindungen präsentieren</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Entwicklung von turnerischen Fähig- und Fertigkeiten an Hang- und Stützgeräten zur Erweiterung von Bewegungserfahrungen und Erwerb von Wissen über die dazu notwendige Fitness Hängen – Schwingen – Stützen – Wir erarbeiten turnerische Grundelemente für Hang- und Stützgeräte mit Hilfe von spielerischen Übungen.</p> <p>Training der beim Hängen, Stützen und Schwingen geforderten Muskelgruppen mit Hilfe eines selbst erstellten Kraft(ausdauer)-zirkels und Reflexion über den Fitnessbegriff</p> <p>Erweiterung des turnspezifischen Kraftausdauerzirkels zu einem gesundheitsorientiertem Fitnesstraining</p>	<p>4 Stationen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • “Hängetorwart” • “Stützwandern” • “Korbleger” • “Matte überwinden” <p>Gruppenarbeit Aufgabenkarten mit Leitfragen und Bewegungsaufgaben Lern- und Aufgabenkarten: Abbildung der Muskelgruppe; Funktion der Muskelgruppe</p> <p>Belastung subjektiv erfahren und einschätzen</p>

<p>4. [...] Auswirkungen ihres Bewegungshandelns [...] wahrnehmen und verstehen 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren 6. [...] ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 4. [...] verantwortungsvoll handeln 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren 7. [...] unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>	<p>(9) aus Grundtätigkeiten des Turnens, [...] Bewegungsverbindungen gestalten und präsentieren [...] (10) gemäß ihren individuellen Leistungsvoraussetzungen Wagnis- und Leistungssituationen [...] selbstständig und in der Gruppe lösen [...]</p> <p>Pflichtbereich 3.2.1.5: Fitness entwickeln (1) [...] entwicklungsgemäß angepasste konditionelle und koordinative Leistungen erbringen [...] (2) Mobilisations- und Dehnübungen korrekt ausführen und Entspannungstechniken anwenden (3) ein individuelles Fitnesstraining [...] ausführen (5) Entspannungstechniken und deren Bedeutung beschreiben (7) ihren Fitnesszustand realistisch einschätzen (8) das Herz-Kreislauf-System sowie wichtige Muskelgruppen funktional beschreiben [...] (9) Fitnessübungen [...] zielgerichtet auswählen (10) ihren konditionellen Entwicklungsprozess wahrnehmen und dokumentieren [...] (11) schulische und außerschulische Möglichkeiten (auch medialer Art) zur Entwicklung ihrer Fitness einschätzen</p>	<p>Entwicklung von turnerischen Fähigkeiten und Fertigkeiten am Parallelbarren und an den Schaukelringen und deren Erprobung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - „Stützen“ und „Schwingen“ am Parallelbarren - „Hängen“ und „Schaukeln“ an den Schaukelringen - Wiederholung der Rolle vorwärts am Boden und ihrer Bewegungsmerkmale zur Festigung der Rollbewegung als Grundlage für Rollerfahrungen an Geräten <p>Die Bedeutung der Beweglichkeit für das Turnen am Barren und an den Schaukelringen erfahren und erkennen</p> <p>Präsentation der Gruppenchoreografien</p>	<p>Zusammenstellung eines Kraftausdauerzirkels mithilfe vorgegebener Übungen (Stationskarten)</p> <p>Reflektierte Erarbeitung zentraler Bewegungsmerkmale (z. B. für die Oberarmrolle am Parallelbarren/den Oberarmstand mit Abrollen zur Erweiterung normgebundener turnerischer Bewegungserfahrungen, Drehungen um die Längsachse sowie von Abgängen an den Schaukelringen)</p> <p>Erfahrungsorientierte Erarbeitung einer Dehnmethode und Ableitung der Regeln für eine korrekte Durchführung</p> <p>Möglichkeiten der Niveaudifferenzierung im Bereich der kognitiv/reflexiven Kompetenzen: (5) G: [...] nennen (6) G: [...] bei anderen [...] erkennen und benennen</p> <p>Angeleitete Entwicklung eines Kriterienkatalogs zur Reflexion und Bewertung</p> <p>Zusätzlich möglich: Selbstständige und schülerorientierte Erarbeitung einer Gruppenchoreografie (normungebundene und normgebundene Bewegungsmöglichkeiten)</p> <p>L PG, MB</p>
--	---	--	---

Pflichtbereich 3.2.1.4: Bewegen im Wasser

nur Klasse 7

Pflichtbereich 3.2.1.5: Tanzen, Gestalten, Darstellen

ca. 12 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Die Schülerinnen und Schüler erweitern ihre Bewegungserfahrung und ihr Bewegungsrepertoire in Bezug auf Körperwahrnehmung und Ausdruck. Sie drücken sich über den Körper rhythmisch und tänzerisch aus. Sie kooperieren bei der Entwicklung von Choreografien und sind in der Lage, diese zu präsentieren. Die Schülerinnen und Schüler können die eigene Leistung und die von Mitschülerinnen und Mitschülern einschätzen.

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben „*Wir gestalten eine tänzerische Choreografie und präsentieren sie*“

Nach dem Prinzip der „Bausteinmethode“ erlernen die Schülerinnen und Schüler den Umgang mit Bewegungsmotiven und Tanzschritten. Sie lernen Grundprinzipien der Bewegungsgestaltung und des Choreografierens kennen und wenden diese praktisch an. Fertigkeiten und Kenntnisse aus den Klassen 5 und 6 werden vertieft und erweitert. Für das Gelingen der gestalterischen Aufgabe in der Kleingruppe sind ein wertschätzender Umgang und eine angemessene Kommunikation miteinander wichtig.

Sportpädagogische Perspektiven:

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Sich körperlich ausdrücken und Bewegungen gestalten
Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können		Unterrichtsvorhaben: <i>Wir gestalten eine tänzerische Choreografie und präsentieren sie.</i> Erarbeiten von anspruchsvolleren vorgegebenen Grundsritten (aufbauend auf Grundsritten aus Kl.5/6, z. B. Cha-Cha-Cha), als Differenzierung mit Armbewegungen Erkennen der Liedstruktur und Zuteilung/Zuordnung der Schritte	Deduktives Vorgehen, visuelle Hilfen für Reihenfolge/Schritte Verschiedene konkrete Gestaltungsaufträge für je ca. 6 - 8 Zählzeiten pro Team (z. B. Raumwege, Aufstellungsformen oder Einsätze) Liedauswahl durch Schülerinnen und Schüler mithilfe der Lehrkraft (deutli-
2.1 Bewegungskompetenz 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 3. Bewegungen gestalten und sich durch Bewegungen ausdrücken 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]	(1) weitere tänzerische Grundformen rhythmisiert und raumorientiert demonstrieren (2) vorgegebene Bewegungen in komplexeren Verbindungen zum Rhythmus von Musik umsetzen (4) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln (5) sich eine Bewegungskombination		
2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 3. das eigene sportliche Handeln			

<p>selbstbestimmt steuern</p> <p>2.3 Personalkompetenz</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren 6. [...] ihre Aufmerksamkeit steuern <p>2.4 Sozialkompetenz</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren 	<p>einprägen und diese dokumentieren</p> <p>(6) Kriterien von Bewegungsqualität nennen und die Bewegungsqualität bei anderen erkennen und benennen</p> <p>(7) einfache Funktionen von Rhythmus auf Bewegungsabläufe anwenden (z. B. Einzählen und Takte auf Bewegungsabläufe anwenden)</p> <p>(8) eine Bewegungsverbindung mit oder ohne Handgeräten umgestalten und in einer Paar- oder Gruppengestaltung präsentieren</p>	<p>Erarbeiten, Einüben und Festigen einer Bewegungsverbindung (z. B. durch Variation der Reihenfolge oder veränderte Aufstellungsformen)</p> <p>Erarbeiten von Gestaltungskriterien (z. B. Raum, Zeit, Dynamik und deren Variationsmöglichkeiten)</p> <p>Umsetzung eigener Ideen in Kleingruppen und Erarbeitung der Gruppenchoreografie</p> <p>Dokumentation der Schrittfolgen und Laufwege</p> <p>Gemeinsame Reflexion der Arbeitsergebnisse in Kleingruppen anhand eines Beobachtungsbogens (Gestaltungskriterien)</p> <p>Präsentation in Kleingruppen</p>	<p>cher Rhythmus, eindeutige Liedgliederung, Liedtext beachten)</p> <p>Vorgegebene Motive durch eigene Bewegungen ersetzen</p> <p>Mögliche Variationen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Klasse tanzt einen Teil zusammen (z. B. Strophe 1 / Refrain 1) - Kleingruppen tanzen/integrieren eigene Teile - Lehrkraft koordiniert Einsätze der Kleingruppen <p>Präsentationsmöglichkeiten (Schulfest, Begrüßung Fünftklässler, Abschlussfeier etc.)</p> <p>Mögliche Beobachtungsaufgaben: Rhythmus, Synchronität, Raumwege, Aufstellungsformen, Ideen/Originalität</p> <p>Videoaufnahmen</p> <p>Thematisierung der Aspekte: Aufgang/Abgang der Vorführenden, Zuschauerverhalten</p> <p>Möglichkeiten der Niveaudifferenzierung im Bereich der kognitiv/reflexiven Kompetenzen:</p> <p>(6) G: [...] nennen M: nennen [...] erkennen und benennen E: nennen und die Bewegungsqualität bei anderen erkennen und bewerten</p> <p>(7) G: - M: einfache Funktionen von Rhythmus [...] E: Funktionen von Rhythmus auf Be-</p>
---	---	---	---

			<p>wegungsabläufe anwenden (z. B. Einzählen und Takte auf Bewegungsabläufe anwenden)</p> <p>F MUS</p> <p>F SPOPROFIL</p> <p>Hinweis auf das Profulfach Sport an der Gemeinschaftsschule: Eine niveaudifferenzierte Vertiefung im Bereich Wissen ist sinnvoll (siehe 3.2.1).</p> <p>L BTV, PG, MB</p>
--	--	--	---

Pflichtbereich 3.2.1.6: Fitness entwickeln – integriert in 3.2.1.3

Wahlpflichtfach 3.2.2.1: Miteinander/gegeneinander kämpfen

ca. 14 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Ziel des Unterrichts ist es, dass die Schülerinnen und Schüler gegenseitig Verantwortung übernehmen und enges Kooperieren erlernen, ehe sie in Wettkämpfen konkurrieren. Ein Repertoire an technisch-taktischen Lösungen in Zweikampfsituationen am Boden und im Stand wird erarbeitet, die Verantwortung für den Partner steht dabei immer im Vordergrund.

Sportpädagogische Perspektiven:

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Etwas wagen und verantworten

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können			
<p>2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 3. Bewegungen gestalten und sich durch Bewegung ausdrücken 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen 2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen sportlichen Handelns entwickeln</p> <p>2.3 Personalkompetenz</p>	<p>(1) Grundfertigkeiten im Bereich von Fall-, Wurf- (zum Beispiel Hüftwurf, Beinangriff außen) und Bodentechniken ausführen und anwenden (2) taktische Fähigkeiten [...] beim Kämpfen anwenden (3) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln (4) die Fallprinzipien [...] nennen (5) Funktionen einer Konter-, Ausweich-, Fall- oder Wurfbewegung nennen (6) Möglichkeiten nennen, um Chancengleichheit bei Zweikämpfen herzustellen (7) Rituale und Regeln des Zweikampfens einhalten, anpassen und</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Gemeinsam kämpfen lernen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kooperations- und Vertrauensspiele - Zieh- und Schiebekämpfe - Ordnungsrahmen, Rituale und Regeln (Regelplakat, Kleidung, Sicherheit) - Kämpfe am Boden um Raum und um Gegenstände - Kämpfe am Boden um Körperlage (z. B. Schildkröte umdrehen/Drehtechnik, Haltetechniken liegend, Befreiungstechniken am Boden) - Kämpfe am Boden: <ul style="list-style-type: none"> o eigene Kampfspiele entwickeln - Kämpfe im Stand: <ul style="list-style-type: none"> o um Gegenstände o um Raum - spielerische Technikvermitt- 	<p>Überprüfung, ob in Klasse 5/6 bereits „Miteinander/gegeneinander kämpfen“ unterrichtet wurde, gegebenenfalls Wiederholung der Regeln, Anbahnung des Körperkontakts etc.</p> <p>Checkliste zum Drehen, Halten/Fixieren und Befreien</p> <p>Chancengleichheit herstellen, mit Einschränkungen/Handicap kämpfen</p> <p>Aus Sicherheitsgründen sollten freie Kämpfe im Stand in der Regel nicht durchgeführt werden.</p> <p>Chancengleichheit herstellen, mit Einschränkungen/Handicap kämpfen</p>

<p>1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 4. physische und psychische Auswirkungen ihres Bewegungshandelns, zum Beispiel Entspannung oder Fitness, wahrnehmen und verstehen 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren 6. in sportlichen Handlungssituationen ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 4. [...] verantwortungsvoll handeln [...] 5. den Unterschied zwischen fairem und unfairem Handeln erkennen und sich selbst fair verhalten [...] 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren 7. [...] unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>	<p>deren Bedeutung erklären (8) ein Zweikampfturnier (zum Beispiel Sumo-Turnier) mit Unterstützung planen [...] und ausführen</p>	<p>lung/Bewegungsvermittlung:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Wurftechniken ○ Falltechniken <p>– Fintieren und Kontern – Ein Turnier organisieren und durchführen – Eine Partner/Gruppen-Choreografie entwerfen und präsentieren</p>	<p>L BTV, PG</p> <p>Link: https://lehrerfortbildung-bw.de/u_mks/sport/gym/bp2016/fb4/06_vorhaben/2_kaempfen/ (zuletzt geprüft am 26.04.2017) (Hinweis: Das Vorhaben wird auch auf dem gleichen Server für die Sekundarstufe vorgestellt. Zum Zeitpunkt der Veröffentlichung war dieser aber noch nicht verfügbar.)</p>
---	--	---	---

Verbleibende Freiräume/Schulcurriculum

ca. 25 Stunden

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.

Sport – Klasse 9

Pflichtbereich 3.2.1.1: Spielen

ca. 16 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Die Schülerinnen und Schüler erkennen die Grundstruktur eines Spiels und sind in der Lage, aktiv an Spielen teilzunehmen, sie zu verändern und umzugestalten. Sie erweitern ihre technischen Fertigkeiten, taktischen Fähigkeiten, ihre Regelkenntnisse und ihre Spielfähigkeit sportspielspezifisch. Sie kooperieren in homogenen und heterogenen Mannschaften, konkurrieren in Wettkämpfen fair und regulieren dabei ihre Emotionen.

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben *„Den Anforderungen eines Handballspiels gewachsen sein – Spielsituationen wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln“*

Das Unterrichtsvorhaben basiert auf den Fertigkeiten, Fähigkeiten und Kenntnissen der Schülerinnen und Schüler aus den Klassen 5 bis 8. Zu Beginn werden Grundtechniken wiederholt, um ein gelungenes Zusammenspiel zu ermöglichen. Der Fokus liegt daraufhin auf der Verbesserung des Zusammenspiels durch Anwendung individual- und gruppentaktischer Maßnahmen, indem Taktikbausteine kennengelernt und eingeübt werden. Die Organisation und Durchführung eines Turniers ist Abschluss des Vorhabens.

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
 Das Leisten erfahren und reflektieren
 Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können		<p>Unterrichtsvorhaben: Den Anforderungen eines Handballspiels gewachsen sein – Spielsituationen wahrnehmen und angemessen handeln</p> <ul style="list-style-type: none"> - Basisfertigkeiten Werfen, Passen ohne und mit Gegenspielern, Prellen 	<p>Wiederholung der Grundtechniken</p> <p>Schulung der Umschaltfähigkeit durch Spiele zur Schulung der exekutiven Funktionen in kleinen Spielen: z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> - zwei unterschiedliche Spiele (mit unterschiedlichen Bällen, Regeln und Regelungen zum Punkterfolg) auf einem Spielfeld spielen - veränderte Regeln bei unterschiedlichen akustischen oder visuellen Signalen
<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) sportspielspezifische Bewegungstechniken [...] und Balltechniken [...] in Gleichzahlspielen anwenden</p> <p>(2) in Angriff und Abwehr individual- und gruppentaktisch im reduzierten Zielspiel [...] handeln [...]</p> <p>(3) mannschaftstaktische Elemente (zum Beispiel Umschalten von Abwehr auf Angriff) im reduzierten Zielspiel anwenden</p> <p>(5) wesentliche Merkmale der</p>		

<p>2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen sportlichen Handelns entwickeln</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>5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p> <p>6. in sportlichen Handlungssituationen ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz</p> <p>1. Mitschülerinnen und Mitschüler beim sportlichen Handeln unterstützen und ihnen verlässlich 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. in Übungs- und Wettkampfsituationen verantwortungsvoll handeln, zum Beispiel Regeln und Vereinbarungen einhalten</p> <p>5. den Unterschied zwischen fairem und unfairem Handeln erkennen und sich selbst fair verhalten – auch bei Erfolgs- und Misserfolgserlebnissen</p> <p>6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren</p> <p>7. in sportlichen Handlungssituationen (zum Beispiel bei der Organisation von Wettkämpfen) unterschiedliche</p>	<p>Grundtechniken nennen und beschreiben</p> <p>(6) Spielsituationen auf Darstellungen [...] erkennen und beschreiben</p> <p>(7) spielspezifisch wichtige Taktiken für erfolgreiches Spielen nennen</p> <p>(8) Fachbegriffe, Regeln und Taktiken dokumentieren</p> <p>(9) regelgerecht und fair – auch ohne Schiedsrichterin oder Schiedsrichter – spielen</p> <p>(12) mit Emotionen [...] umgehen und sie reflektieren</p> <p>(15) Spiele wettkampfgemäß organisieren</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Gruppentaktische Maßnahmen wie Stoßen auf Lücke - Verbessern des Zusammenspiels durch Anwendung individual- und gruppentaktischer Maßnahmen - Klärung der Spielpositionen im 4 : 4 Schnelles Umschalten von Angriff auf Abwehr - Tempogegenstoß (<i>schnelles Umschalten von Abwehr auf Angriff</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Zusatzoptionen wie z. B. nach 10 erfolgreichen Pässen oder Punkten in einem Parteiballspiel (z. B. Angriff auf ein Tor, Schlagwurf auf ein Hütchen oder auf eine Markierung an der Wand etc.) <p>Sektorenspiele (Mittel- und Außensektor), um die Positionen und deren spezifische Aufgaben kennenzulernen</p> <p>Unterstützender Einsatz visueller Hilfen (z. B. Taktiktafel oder auch Plastikbecher auf einer kleinen blauen Turnmatte)</p> <p>Der Einsatz von kurzen Videosequenzen/Auszügen aus einem Handballspiel und deren "Nachstellung" durch die Schülerinnen und Schüler wäre denkbar.</p> <p>Möglichkeiten der Niveaudifferenzierung im Bereich der kognitiv/reflexiven Kompetenzen:</p> <p>(6) E: [...] erkennen, beschreiben und erklären</p> <p>(7) E: nennen und erläutern</p> <p>Förderung des (gruppen- und mannschaftstaktischen) Zusammenspiels durch Etablierung fester Mannschaften während des gesamten Unterrichtsvorhabens. Schülerinnen und Schüler können z. B. innerhalb ihres Teams Auftakthandlungen absprechen, sich als Mannschaft einspielen und ihre</p>
--	--	---	---

<p>Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Individual-, gruppen und mannschaftstaktische Angriffsmittel in einem Turnier anwenden (Klassen- oder Schulturnier, 4 : 4) 	<p>spielerische Leistung für das Turnier optimieren.</p> <p>Beobachtungskarten Im Zielspiel (4 : 4) hinsichtlich Spielerpositionen, individual- und gruppentaktischen Verhaltens (z. B. Auftakthandlung: beim Tauschen auf Lücke gehen), zum Tempogegenstoß (“abschlussentfernte” Seite startet zuerst, hängende Mitte (unterschiedliche Höhe), Außenspieler ziehen nach innen)</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler können mithilfe unterstützender Materialien zum Turniermodus (Anzahl der Mannschaften und Gruppen, Spielerzahl in einer Mannschaft) ein Klassenturnier konzipieren und durchführen. Sie erstellen einen Turnierplan, führen den Wettkampf ohne oder mit Schiedsrichter durch, protokollieren Spielergebnisse und werten entsprechend aus.</p> <p>F SPOPROFIL Hinweis auf das Profilfach Sport an der Gemeinschaftsschule: Eine niveaudifferenzierte Vertiefung im Bereich Wissen ist sinnvoll (siehe 3.2.1).</p> <p>L BTV, PG, MB</p>
--	--	--	---

Pflichtbereich 3.2.1.2 Laufen, Springen, Werfen

ca. 8 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben: *„Erarbeitung einer individuellen Kugelstoßtechnik aufgrund eigener Erfahrung“*

Im Rahmen dieses Unterrichtsvorhabens sollen die Schülerinnen und Schüler erkennen, dass standardisierte sportliche Techniken aus dem Spitzensport nicht einfach in den Schulsport übernommen werden können. Vielmehr muss eine für die Schülerin bzw. den Schüler angemessene Technik entwickelt werden. Um die Bewegungsaufgabe („Stöße möglichst weit!“) bestmöglich zu lösen, müssen die Schülerinnen und Schüler die Einflussfaktoren auf die Stoßweite kennen. Diese Kenntnisse erwerben sie im explorativen Umgang mit den verschiedenen Einflussgrößen.

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

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können			
<p>2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen 2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen sportlichen Handelns entwickeln 3. das eigene sportliche Handeln selbstbestimmt steuern</p> <p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele</p>	<p>(3) unter Berücksichtigung grundlegender Technikmerkmale weit werfen [...] (5) aus zwei der drei Bereiche Sprint, Weit-/Hochsprung und Stoß/Wurf jeweils eine Disziplin wettkampfgerecht ausführen (6) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln (7) leistungsbestimmende Merkmale nennen und beschreiben [...] (8) die eigene Leistung realistisch einschätzen (9) leistungsbestimmende Merkmale und Fehler bei sich und anderen mit Hilfsmitteln [...] erkennen, benennen und korrigieren (10) die eigenen Leistungsentwicklung beschreiben und dokumentieren [...]</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Erarbeitung einer individuellen Kugelstoßtechnik aufgrund eigener Erfahrung</p> <p>Spielerische Entwicklung von koordinativen Fähigkeiten für das Kugelstoßen an Stationen</p> <p>Aufgabe: „Überlegt euch, welche Faktoren es ausmachen, dass eine Kugel/ein Medizinball weit gestoßen wird.“</p> <p>Entdeckung der maßgeblichen Ein-</p>	<p>Stationen mit verschiedenen Medizinball-Stößen: - ein- und/oder beidarmiges Stoßen zu Partner/in - Stoßen auf Ziele an der Wand - Stoßen in Zonen oder auf Matten - Stoßen über eine gespannte Leine zu Partner/in - ... (Diese Übungen eignen sich auch zum Erwärmen/zum Einstieg in die weiteren Stunden.) Vermutungen werden auf Flipchart/Plakat notiert (Hypothesenbildung).</p> <p>Mit Medizinball oder Kugel (Vorerfahrung beachten)</p>

<p>ableiten und dafür ausdauernd üben 6. in sportlichen Handlungssituationen ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 4. [...] verantwortungsvoll handeln 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren 7. [...] unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>		<p>flussfaktoren auf die Stoßweite mithilfe eines Stationenbetriebs</p> <p>Aufgabe: „Stöße möglichst weit!“ An jeder Station wird besonderes Augenmerk auf Ausführungsfaktoren gelegt:</p> <ul style="list-style-type: none"> – <u>Station 1</u>: Bedeutung der Abflugrichtung (kontrastierend: flacherer oder steilerer Winkel) – <u>Station 2</u>: Bedeutung der Armbewegung (kontrastierend: Der Nicht-Stoßarm wird während der gesamten Bewegung auf dem Rücken gehalten. Und: Der Nicht-Stoßarm wird als Schwungelement eingesetzt, mit welchem so viel Schwung wie möglich geholt wird.) – <u>Station 3</u>: Einfluss der Oberkörperrotation (kontrastierend: rotierender Oberkörper – steifer Oberkörper) – <u>Station 4</u>: Einfluss der Beine (kontrastierend: gestreckte Beine – gebeugte Beine) <p>Reflexion: Welche Faktoren beeinflussen die Stoßweite?</p> <p>Auswertung und Ergebnissicherung</p> <p>Erproben von Variationen zur Bewegungsausführung beim Standstoß durch Stationenbetrieb:</p> <ul style="list-style-type: none"> – <u>Station 1</u>: Beteiligung des Nicht-Stoßarms 	<p>Stationenkarten</p> <p>Methode des differenziellen Lernens</p> <p>An den Stationen entdecken die Schülerinnen und Schüler innerhalb ihrer Gruppe die Einflussfaktoren und überprüfen ihre Hypothesen. Gruppenarbeit</p> <p>Möglichkeiten der Niveaudifferenzierung im Bereich der kognitiv/reflexiven Kompetenzen: (7) G: [...] nennen M: [...] nennen und beschreiben E: [...] nennen, beschreiben und erklären (9) G: [...] erkennen und benennen</p> <p>Beobachtungskarten</p> <p>Aufgabenkarten und Beobachtungskarten Schülerinnen und Schüler bilden Gruppen, stoßen, beobachten und dokumentieren die Varianten.</p> <p>Einsatz von Medien möglich (z. B. YouTube, Bildreihen etc.)</p>
---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> – <u>Station 2</u>: Position/ „Geometrie“ der Beine – <u>Station 3</u>: Ausführungsgeschwindigkeit – <u>Station 4</u>: Gelenkstellung der Knie <p>Auswertung und Ergebnissicherung</p> <p>Vorbeschleunigung beim Kugelstoßen: Variationsmöglichkeiten erproben</p> <p>Individuelle Gestaltung dieser Technik durch die Schülerinnen und Schüler</p> <p>Üben der individuellen Kugelstoßtechnik</p>	<p>F SPOPROFIL</p> <p>Hinweis auf das Profulfach Sport an der Gemeinschaftsschule: Eine niveaudifferenzierte Vertiefung im Bereich Wissen ist sinnvoll (siehe 3.2.1).</p> <p>L PG, MB</p>
--	--	---	---

Pflichtbereich 3.2.1.3: Bewegen an Geräten

ca. 16 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben: „Überschlagen rückwärts am Boden – der Flick-Flack“ (8 Stunden)

Bei diesem Unterrichtsvorhaben steht eine Bewegungsfertigkeit im Mittelpunkt, die zunächst als zu anspruchsvoll erscheint. Es geht jedoch nicht darum, sie in Perfektion zu beherrschen. Das didaktische Kriterium ist die Attraktivität dieser Bewegungsfertigkeit und die Möglichkeit der Differenzierung sowie die Möglichkeit, Erfahrungen seitens der Schülerinnen und Schüler zu nutzen. Die Mitgestaltung des Unterrichts durch die Schülerinnen und Schüler fördert die Selbstverantwortung für den Lern- und Übungsprozess. Sie können bewusst entscheiden, wie weit sie innerhalb des Lernprozesses in Abhängigkeit ihrer Voraussetzungen gehen möchten. Dabei sollen sie gleichzeitig aufgefordert werden, so viele Lernschritte wie möglich auszuführen.

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
 Das Leisten erfahren und reflektieren
 Etwas wagen und verantworten

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben: *Schülerinnen und Schüler gestalten aus normgebundenen und normungebundenen turnerischen Fertigkeiten an selbstgewählten Gerätekombinationen eine kreative Gruppenkür* (8 Stunden)

Die Schülerinnen und Schüler sollen selbst organisiert aus akrobatischen und turnerischen Bewegungsfertigkeiten ein kreatives Gemeinschaftswerk gestalten und so das Sich-Bewegen an Geräten zum Gruppenerlebnis werden lassen. Beim Üben der Bewegungsfertigkeiten und der Entwicklung der Choreografie helfen sich die Schülerinnen und Schüler durch gegenseitiges Feedback. Auf diese Weise erkennen sie die Bedeutung von Rückmeldungen im Übungsprozess und verbessern ihre Bewegungskompetenz sowie ihre personalen und sozialen Kompetenzen.

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
 Sich körperlich ausdrücken und Bewegungen gestalten
 Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können			
2.1. Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]	(2) weitere normgebundene Turnfertigkeiten [...] ausführen [...]	Unterrichtsvorhaben: Überschlagen rückwärts am Boden – der Flick-Flack Demonstration der Bewegung (Eigenrealisation oder Video) Aufgabe: Schülerinnen und Schüler sollen einen Handstützüberschlag	Video (z. B. YouTube) Lernkarten mit Phasenbild und Bewegungsbeschreibung z. B. unter www.sportunterricht.de Lernkarten für das Sichern und Helfen
	(3) Helfergriffe sachgerecht anwenden (zum Beispiel Klammergriff) (5) leistungsbestimmende Merkmale turnerischer Fertigkeiten nennen und		

<p>2.3. Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 4. [...] Auswirkungen ihres Bewegungshandelns [...] wahrnehmen und verstehen 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren 6. [...] ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4. Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 4. [...] verantwortungsvoll handeln [...] 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren 7. [...] unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>	<p>beschreiben</p> <p>(6) leistungsbestimmende Merkmale und Fehler bei sich und anderen mit Hilfsmitteln (zum Beispiel Beobachtungskarte, Video) erkennen, benennen und korrigieren</p> <p>(7) Techniken des Helfens und Sicherns beschreiben [...]</p> <p>(10) gemäß ihren individuellen Leistungsvoraussetzungen Wagnis- und Leistungssituationen mit normgebundenen und normungebundenen Fertigkeiten selbstständig und in der Gruppe lösen [...]</p>	<p>rückwärts („Flick-Flack“) turnen</p> <p>Entwicklung der Bewegungsvorstellung durch</p> <ul style="list-style-type: none"> - bewegte und statische Bilder - Bewegungsbeschreibung <p>Reflexion: Ganzheitliches Lernen in der Regel nicht möglich. Wie gehen wir vor? Haben wir Vorerfahrungen aus ähnlichen Bewegungen?</p> <p>Methodisches Vorgehen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kennenlernen der ungewohnten „Auf-dem-Kopf-Position“ - Kennenlernen der optimalen Ausgangsposition - Kennenlernen der Gesamtbewegung unter reduzierter Dynamik - Kennenlernen der Energiezufuhr - Zielbewegung 	<p>Beobachtungskarten für die Partner-rückmeldung</p> <p>z. B. Erfahrungen beim Hochsprung „Flop“</p> <p>Möglichkeiten der Niveaudifferenzierung im Bereich der kognitiv/reflexiven Kompetenzen: (5) G: [...] nennen M: [...] nennen und beschreiben E: [...] nennen und erklären</p> <p>(6) G: [...] erkennen und benennen M: [...] erkennen, benennen und korrigieren E: [...] erkennen, benennen und korrigieren</p> <p>Stationskarten mit Lernaufgaben und Abbildungen; Aufgaben sind relativ offen formuliert; Partnerbeobachtungsaufgaben zur Rückmeldung; z. B. optimale Ausgangsposition vor der Weichbodenmatte, vor der eine Zauberschnur gespannt ist; Sprung über die Zauberschnur rückwärts und Landung in Rückenlage auf dem Weichboden</p> <p>L BTV, PG, MB</p>
<p>2.1. Bewegungskompetenz 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 3. Bewegungen gestalten und sich durch Bewegung ausdrücken</p>	<p>(1) turnerische Grundtätigkeiten [...] unter erschwerten Bedingungen [...] ausführen</p> <p>(2) weitere normgebundene Turnfer-</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Schülerinnen und Schüler gestalten aus normgebundenen und normungebundenen turnerischen Fertigkeiten an selbstgewählten Gerätekombinati-</p>	

<p>2.2. Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen 2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen sportlichen Handelns entwickeln</p> <p>2.3. Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren 6. [...] ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4. Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 4. [...] verantwortungsvoll handeln [...] 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren 7. [...] unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>	<p>tigkeiten [...] ausführen [...]</p> <p>(3) Helfergriffe sachgerecht anwenden (zum Beispiel Klammergriff)</p> <p>(4) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln</p> <p>(8) erlernte normgebundene turnerische Fertigkeiten in Bewegungsverbindungen präsentieren</p> <p>(9) aus Grundtätigkeiten des Turnens [...] Bewegungsverbindungen gestalten und präsentieren [...]</p> <p>(10) gemäß ihren individuellen Leistungsvoraussetzungen Wagnis- und Leistungssituationen mit normgebundenen und normungebundenen Fertigkeiten selbstständig und in der Gruppe lösen [...]</p>	<p>onen eine kreative Gruppenkür</p> <p>Aufgabe: Schülerinnen und Schüler entwickeln eigenständig eine Gruppenkür aus normgebundenen und normungebundenen turnerischen Fertigkeiten.</p> <p>Auswahl und Üben der verschiedenen Bewegungsfertigkeiten als Elemente der Gruppenkür in Kleingruppen</p> <p>Choreografische Erarbeitung der Gruppenkür</p> <p>Präsentation der selbstständig erarbeiteten Gruppenkür mit Musik</p>	<p>Aufgabenkarten</p> <p>Beim Üben helfen sich die Schülerinnen und Schüler durch gegenseitige Rückmeldungen (Beobachtungsbogen) und Hilfeleistung.</p> <p>Die Lehrperson gibt Anregungen für verschiedene Darbietungsformen und hält gestufte Hilfen bereit.</p> <p>Checkliste für die Gruppenkür: Schülerinnen und Schüler entwickeln Kriterien zur Beurteilung.</p> <p>L BTV, PG, MB</p>
---	---	---	--

Pflichtbereich 3.2.1.6: Fitness entwickeln

ca. 10 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Die Schülerinnen und Schüler nehmen die Bedeutung regelmäßigen Bewegens für das eigene Wohlbefinden und die Verbesserung ihrer Leistungsfähigkeit wahr. Sie entwickeln sich weiter auf dem Weg, ihre sportliche Leistungsfähigkeit realistisch einzuschätzen und diese mit Unterstützung oder schon selbstständig zu verbessern.

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben „Wir entwickeln einen einfachen Kraftzirkel aus Ganzkörperübungen und üben mit individuellen Trainingsplänen.“

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
 Das Leisten erfahren und reflektieren
 Gesundheit verbessern und Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können		Unterrichtsvorhaben: Wir entwickeln einen einfachen Kraftzirkel aus Ganzkörperübungen und üben mit individuellen Trainingsplänen. <ul style="list-style-type: none"> - Zu Beginn verschiedene Fitness-Übungen/Workouts vorstellen und anwenden - Gründe für Krafttraining sammeln und anschließend reflektieren - "100-Tage-Crossfit-Challenge": Wer verbessert sich wie stark? Einfachen Kraft-, Stabi-Test als Eingangs- und Zieltest durchführen - Übungen anpassen, 	Aktuelle Krafttrainingstrends kennenlernen und diskutieren Übungen ohne oder mit wenigen Geräten auswählen Ideenkarten mit Übungen (Besuch im Fitnessstudio möglich) Eigene Übungskarten entwickeln: Übungen mit Abbildungen und Erklärungen dokumentieren Fitness-Apps vorstellen und gegebenenfalls nutzen
2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]	(1) in sportlichen Anforderungssituationen entwicklungsgemäß angepasste konditionelle und koordinative Leistungen erbringen (2) Mobilisations- und Dehnübungen korrekt ausführen und Entspannungstechniken anwenden (3) ein individuelles Fitnesstraining ausführen (5) Entspannungstechniken und deren Bedeutung beschreiben (6) Prozesse des Übens und Trainierens reflektieren (7) ihren Fitnesszustand realistisch einschätzen (8) [...] wichtige Muskelgruppen funktional beschreiben (9) Fitnessübungen zielgerichtet		
2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen 2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen sportlichen Handelns entwickeln 3. das eigene sportliche Handeln selbstbestimmt steuern			
2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild			

<p>entwickeln 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 3. die Bedeutung von Bewegung für das eigene Wohlbefinden und die Gesundheit einschätzen und gesundheitsbewusst handeln 4. physische und psychische Auswirkungen ihres Bewegungshandelns [...] wahrnehmen und verstehen 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p> <p>2.4 Sozialkompetenz</p> <p>1. Mitschülerinnen und Mitschüler beim sportlichen Handeln unterstützen und ihnen verlässlich helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 4. in Übungs- und Wettkampfsituationen verantwortungsvoll handeln, zum Beispiel Regeln und Vereinbarungen einhalten 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren</p>	<p>auswählen (10) ihren konditionellen Entwicklungsprozess wahrnehmen und dokumentieren (11) schulische und außerschulische Möglichkeiten zur Entwicklung ihrer Fitness einschätzen</p>	<p>differenzieren, ergänzen und wiederholt anwenden</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schülerinnen und Schüler stellen wenn möglich eigene Übungen aus ihrem privaten Training vor und integrieren sie in ihren Zirkel - Am Stundenende werden jeweils Dehnübungen und/oder (Elemente aus) Entspannungstechniken durchgeführt (mit Übungskarten) - Reflexion z. B. über mögliche Leistungszuwächse und deren Begründung etc. 	<p>Trainingstagebuch mit Belastungsskala einführen (evtl. auch digital)</p> <p>Übungskarten für Dehnübungen und Entspannungstechniken besprechen und gegebenenfalls anpassen, verbessern</p> <p>Entspannungstechniken, zum Beispiel: Atemübungen, Progressive Muskelentspannung, Bodyscan</p> <p>siehe auch: www.sciencekids.de</p> <p>F BIO</p> <p>F SPOPROFIL</p> <p>Hinweis auf das Profulfach Sport an der Gemeinschaftsschule: Eine niveaudifferenzierte Vertiefung im Bereich Wissen ist sinnvoll (siehe 3.2.1).</p> <p>L PG, MB, VB</p>
---	---	--	--

Wahlpflichtbereich 3.2.2.2: Fahren, Rollen, Gleiten

mit Wahlpflichtbereich 3.2.2.3 Spielen integriert
ca. 14 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Die Schülerinnen und Schüler beherrschen verschiedene Techniken des Inlineskatens und gehen mit komplexen und wagnisreichen Situationen verantwortungsvoll um. Sie erkennen die Notwendigkeit einer geeigneten Schutzausrüstung und wenden die Sicherheitsbestimmungen beim Fahren im öffentlichen Raum an. Sie zeigen umweltbewusstes Verhalten beim Inlineskaten in der Natur und können eine schulgemäße Form des Inlinehockeys ausführen.

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben „*Inlineskating: Wir sind sicher auf den schnellen Rollen unterwegs.*“ (ca. 8 Stunden)

Zielsetzung des Unterrichtsvorhabens ist es, weitere Fahr-, Rollsporterfahrungen zu sammeln. Schülerinnen und Schüler erwerben Grundtechniken und, wenn möglich, auch anspruchsvollere Techniken des Inlineskatings. Sie erleben nachhaltige sportliche Erfolge und lernen Möglichkeiten einer attraktiven Lifetime-Sportart kennen (Transfer auf Schlittschuh laufen, Ski fahren ist möglich.).

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Das Leisten erfahren und reflektieren
Etwas wagen und verantworten

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben „*Inlinehockey – das Spiel mit dem schnellen Plastikball kennenlernen*“ (ca. 6 Stunden)

Die Schülerinnen und Schüler verfügen über Erfahrungen im Inlineskaten. Die Einführung in das Inlinehockeyspiel bietet eine weitere Herausforderung. Elementare Anforderungen aller Torschussspiele werden umgesetzt (z. B. Ballführung, Zuspielen, Ballannahme und Torschuss).

Durch Übung und Geschick im Umgang mit Ball und Schläger gelangen die Schülerinnen und Schüler zu einem verantwortungsvollen Spiel ohne Körperkontakt. Sie erwerben Spielfähigkeit im Sinne von regelbewusstem Handeln und Fair Play.

Sportpädagogische Perspektiven: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
Das Leisten erfahren und reflektieren
Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können		Unterrichtsvorhaben: <i>Inlineskating: Wir sind sicher auf den schnellen Rollen unterwegs.</i>	Komplette Schutzausrüstung tragen Rollsport in der Sporthalle erfordert die Zustimmung des Schulträgers bzw. des Sachkostenträgers.
2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und	(1) sich auf der Basis der bereits erlernten Techniken in komplexen Bewegungssituationen unter Berücksichtigung von Material, Geschwindigkeit, Raum und Gelände		

<p>technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen 2. [...] eigene Positionen zu verschiedenen Sinnrichtungen sportlichen Handelns entwickeln 3. das eigene Bewegungshandeln selbstbestimmt steuern</p> <p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren 6. in sportlichen Handlungssituationen ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 4. [...] verantwortungsvoll handeln [...]</p>	<p>sicher fortbewegen (2) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln (3) Gefahrenmomente beim Fahren, Rollen oder Gleiten für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen (4) Verhaltensregeln beim Sport treiben in der Natur benennen und sich beim Fahren, Rollen oder Gleiten umweltgerecht verhalten (5) komplexe Bewegungsaufgaben allein oder in der Gruppe gestalten und lösen</p>	<p><u>Grundlegende Fahrtechniken erarbeiten und üben:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Vorwärts und rückwärts fahren - Kurven fahren, auch mit Richtungswechsel - Bremsen - Übersetzen - Kontrolliertes Fallen erlernen und Fallverhalten automatisieren - Aufstehen erlernen <p>Schülerinnen und Schüler nehmen unterschiedliche Rollen als Experte oder Anfänger ein.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reflexion der unterschiedlichen Rollen, mögliche Reflexionsfragen: - Wie habt ihr die Rollen erlebt? - Was waren Schwierigkeiten in eurer Rolle? 	<p>Zum Schutz der Sporthallenböden unbedingt beachten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • keine aggressiven Fahr- und Brems-techniken durchführen • keine Sprünge von Rampen etc. auf den Hallenboden oder Sportmatten ausführen • nur saubere Rollen und Stopper verwenden <p>Möglichkeiten des Trainings an Stationen beim Technikerwerb nutzen</p> <p>Spiel- und Übungsmöglichkeit in der Gruppe: Schlangen fahren Welche Gruppe kann die längste Schlange bilden? Auch als aufbauende Abholstaffel zu organisieren oder durch Auswürfeln Schlangen in der gewürfelten Augenzahl bilden (jeweils 2 Würfel verwenden)</p> <p>Thematisierung von Angst- und Wagnissituationen, z. B. beim Fallen und Kurven fahren</p> <p>Unterschiedliche Ausgangsniveaus aufgrund individueller Erfahrungen im Freizeitsport können über das Buddy-Konzept (Schülerexperten helfen ihren Mitschülerinnen und Mitschülern) sinnvoll genutzt werden.</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> <p>7. [...] unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Was muss man können, um die Expertenrolle gut ausfüllen zu können? <p><u>Spielerische Möglichkeiten zur Erweiterung der Bewegungsfertigkeiten mit Bällen und Seilen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - während der Fahrt Bälle hochwerfen und fangen - Bälle übergeben und/oder zuwerfen - Bänderklau - ... <p><u>Eigenständige Gestaltung und Erprobung eines Inline-Parcours:</u></p> <p>z. B. Slalomstrecke synchron fahren (Tempogefühl), Tunnelstation (unter einem Hindernis durchfahren), Kurven fahren in der Gasse, „Acht und Null“</p> <p><u>Zum ausdauerorientierten Inlineskaten anregen:</u></p> <p>Inlineskaten als Möglichkeit des Ausdauertrainings kennenlernen (Zeitfahren nach Gefühl/subjektiver Einschätzung, Fahren und Überholen, Tempogefühl schulen)</p>	<p>Handhabung eines Spielgerätes beim Inlineskaten, Vorbereitung von Inlinehockey</p> <p>unterschiedliche Bälle verwenden</p> <p>viele weitere kleine Spiele einsetzbar</p> <p>Möglichkeiten von Skateranlagen nutzen, STVO beachten; Inlinefahren nur auf Gehwegen oder kombinierten Geh- und Radwegen, nicht auf der Fahrbahn</p> <p>Regel: Niemand fährt alleine!</p> <p>L BNE, BTV, PG</p>
	<p>Aus Wahlpflichtbereich 3.2.2.1 Spielen:</p> <p>(1) sportspielspezifische</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Inlinehockey – das Spiel mit dem schnellen</p>	

	<p>Bewegungstechniken [...] und Balltechniken [...] in Gleichzahlspielen anwenden</p> <p>(2) in Angriff und Abwehr individual- und gruppentaktisch im reduzierten Zielspiel [...] handeln [...]</p> <p>(3) mannschaftstaktische Elemente [...] im reduzierten Zielspiel anwenden</p> <p>(4) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln</p> <p>(5) wesentliche Merkmale der Grundtechniken nennen und beschreiben</p> <p>(7) spielspezifisch wichtige Taktiken für erfolgreiches Spielen nennen</p> <p>(9) regelgerecht und fair [...] spielen</p> <p>(10) Spielleitungsaufgaben übernehmen</p> <p>(11) die eigene Spielfähigkeit einschätzen</p> <p>(12) mit Emotionen [...] umgehen und sie reflektieren</p> <p>(13) Spielregeln angeleitet variieren [...]</p>	<p><u>Plastikball kennenlernen</u> <u>Erarbeitung von Spiel- und Sicherheitsregeln im Unterrichtsgespräch:</u> z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> - nicht im Liegen spielen - nicht über Kniehöhe ausholen - den Ball nicht aktiv hoch spielen - körperlos spielen, andere nicht gefährden - Fouls werden geahndet <p><u>Technikerwerb:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Schlägerhaltung erlernen - Ballführung mit Vorhand und Rückhand - passen und annehmen <p><u>Vorbereitende Spiel- und Übungsformen:</u> z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> - "Ecken umkurven" <p>- „Sechs-Tage-Rennen“</p>	<p>Hilfreiche Internetadressen: http://www.sportunterricht.de/inline/inline.html (zuletzt geändert am 27.04.2017)</p> <p>www.adac.de/verkehr/verkehrserziehung (zuletzt geändert am 26.04.2017)</p> <p>obere Hand im Ristgriff, untere Hand im Kammgriff präzises Passspiel, Orientierungsfähigkeit im Raum Gewichtsverlagerung und möglichst breit-beinige Fahrposition, um den Belastungswechsel abzufangen</p> <p>Erläuterungen zu: "Ecken umkurven" In einem abgegrenzten Spielfeld führen nummerierte Schülerinnen und Schüler Ball und Schläger, bei Zuruf der Nummer wird das nächstgelegene Hütchen umspielt und sofort ein Platzwechsel zum diagonal gegenüberliegenden Hütchen vorgenommen.</p> <p>"Sechs-Tage-Rennen"</p>
--	---	---	---

		<p><u>Inlinehockey 4 : 4:</u> Auf kleinem Spielfeld 4 : 4 spielen, zu Spielbeginn und nach Torerfolg wird ein Bully ausgeführt</p>	<p>Spielgedanke: Alle Spieler absolvieren nacheinander eine Runde in Ballführung, mehrere Durchgänge hintereinander sind möglich. Die Hütchentore dienen jeweils als Wechselzone zur Ballübergabe. Gewonnen hat das Team, das zuerst die geforderte Rundenzahl erreicht hat.</p> <p>Markiertes Spielfeld Aufstellung am inneren Hütchen, sodass niemand auf der Strecke steht</p> <p>Hallenmarkierungen nutzen</p> <p>Überzahlspiel mit Joker als vorbereitendes Spiel: Joker kennzeichnen, Joker spielt jeweils mit dem ballbesitzenden Team, nach Torerfolg wird der Joker gewechselt.</p> <p>F SPOPROFIL Hinweis auf das Profilfach Sport: Eine niveaudifferenzierte Vertiefung im Bereich Wissen ist sinnvoll (siehe 3.2.1 Teilkompetenzen 2 und 5)</p> <p>L BNE, BTV, PG</p>
--	--	--	---

Wahlpflichtbereich 3.2.2.4: Tanzen, Gestalten, Darstellen

ca. 12 Std.

Generelle Vorbemerkungen:

Die Schülerinnen und Schüler erweitern ihre Bewegungserfahrung und vergrößern ihr Bewegungsrepertoire in Bezug auf Ausdruck und Körperwahrnehmung. Sie drücken sich über den Körper und unter Einbeziehung von Materialien rhythmisch und tänzerisch aus. Sie kooperieren bei der Entwicklung von Choreografien und sind in der Lage, diese zu präsentieren sowie die eigene Leistung und die von Mitschülerinnen und Mitschülern einzuschätzen.

Vorbemerkungen zum Unterrichtsvorhaben „The Sound of Basketball“

Dieses Unterrichtsvorhaben ist so inszeniert, dass die sportpädagogischen Perspektiven integrierend erfahren werden können. Das Thema „Rhythmus“ wird in vielfältiger Weise erfahrbar gemacht: Rhythmus mit dem Basketball erzeugen und in tänzerische Bewegungen umsetzen. Der Basketball dient in zweifacher Hinsicht als „Gerät“: er wird als Handgerät und als Rhythmus erzeugendes Gerät eingesetzt. Paar- und Kleingruppengestaltungen fördern die Kommunikation, videogestütztes Bewegungslernen und Feedback mittels strukturierter Beobachtungsaufgaben ermöglichen individualisiertes Bewegungslernen und fördern Methodenkompetenz.

Sportpädagogische Perspektiven:	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern Das Leisten erfahren und reflektieren Sich körperlich ausdrücken und Bewegungen gestalten Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen
---------------------------------	---

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Die Schülerinnen und Schüler können			
2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 3. Bewegungen gestalten und sich durch Bewegungen ausdrücken 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...]	(1) weitere tänzerische Grundformen rhythmisiert und raumorientiert demonstrieren (2) weitere Techniken [...] in einfache Bewegungsverbindungen integrieren und demonstrieren (3) vorgegebene Bewegungen in komplexeren Verbindungen [...] umsetzen (4) Merkmale von Bewegungsqualität demonstrieren (5) bei ihrem sportlichen Bewegunghandeln zu verschiedenen Sinnrich-	Unterrichtsvorhaben: The Sound of Basketball <u>Erarbeiten von koordinativ anspruchsvollen Tricks mit dem Basketball:</u> z. B.: <ul style="list-style-type: none"> - Umgreifen: Grätschstand, Ball in der Grätsche greifen; das Umgreifen verbal unterstützen: „grab“ (greifen) und mitsprechen - Dribbling am Ort: „bounce“, um „sound“ zu erzeugen - Durch die Beine prellen mit ½ Drehung 	Umsetzung auch mit Handball oder Fußball möglich – Aufgaben gegebenenfalls anpassen Motivationsvideo z. B. unter: https://www.youtube.com/ Arbeit im Stationsbetrieb mit Arbeitskarten in Kleingruppen Differenzierung: z. B. über die Wahl der Tricks; Prellen vorwärts – rückwärts; hoch – tief, schnell – langsam, rechts – links – im Wechsel
2.2 Reflexions- und Urteilskompe-			

<p>tenz 3. das eigene sportliche Handeln selbstbestimmt steuern</p> <p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 4. physische und psychische Auswirkungen ihres Bewegungshandelns [...] wahrnehmen und verstehen 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren 6. [...] ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen verlässlich helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 6. [...] kommunizieren, kooperieren und konkurrieren 7. [...] unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren.</p>	<p>tungen eigene Positionen entwickeln (6) sich eine Bewegungskombination einprägen und diese dokumentieren [...] (7) Kriterien von Bewegungsqualität erkennen und bewerten (8) Gestaltungskriterien [...] benennen (9) einfache Funktionsweisen von Musik auf Bewegungsabläufe anwenden [...] (10) Rhythmus erfassen [...] und strukturieren [...] (11) Feedback [...] zur Verbesserung der Bewegungsqualität nutzen</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Basketball balancieren: rhythmischer Wechsel zwischen Handrücken und Handfläche - Ellbogenkick: Der Ball liegt auf der Hand, rollt auf dem leicht gebeugten Arm zurück und durch die aktive Streckung im Ellbogengelenk wird der Ball nach oben gekickt („kick“) und dann beidhändig gefangen („clap“) und wieder auf die Hand gelegt („start“) - Kneelift mit Basketball: Bein heben, den Ball unter dem gebeugten Bein durchprellen und beidhändig fangen - Brustdruckwurf mit Partnerin/Partner direkt und indirekt <p><u>Gestalten einer Bewegungsverbindung:</u> Mehrere Tricks mit dem zugeordneten Sound erarbeiten (zunächst als Einzelarbeit, dann in Partnerarbeit kombinieren)</p> <p>Variation: Festigen der Balltricks in einer „Schattenkür“ mit dem Buddy, d.h. Aufstellung hintereinander, vormachen mit Basketballsounds, nachmachen</p> <p><u>Erarbeiten unterschiedlicher Tanzschritte und Zusammenführen in eine Choreografie zu Musik:</u></p> <p>Mögliche Tanzschritte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausfallschritt rechts und links mit Armbewegung und Ellbogenkick - Slides rechts und links - Kreuzschritte: rechts, kreuzen 	<p>Der Rhythmus entsteht in der Kleingruppe durch diejenigen, die ihren Rhythmus akustisch durchsetzen können.</p> <p>Unterstützende verbale Rhythmisierung, z.B. „Dribbel – dreh und fang“; Sound: up (hochwerfen) – palm (mit Handinnenseite), soft – back (Handrücken); Sound: „kick, clap und start“; Sound: „lift“; zur Rhythmusschulung laut mitsprechen; Druckwurf z. B. direkt: „clap und clap“ beim Fangen; indirekt: „bounce and clap“ beim Bodenkontakt und Fangen</p> <p>Rhythmus wird über die Basketballsounds erzeugt; diese zur Schulung des Rhythmusgefühls einbeziehen</p> <p>Differenzierung für besonders Begabte: z. B. „Spiegelkür“, d.h. Aufstellung gegenüber und spiegelbildlich arbeiten</p> <p>Geeignete Musik: z. B. HipHop; Liedauswahl unter Einbeziehung der Vorschläge aus der Lerngruppe durch die Lehrkraft erweitern</p> <p>Dance Tutorial mit weiteren Tanzschritten z. B. unter: https://www.youtube.com/</p>
---	---	---	---

		<p>hinten links; links, kreuzen hinten rechts</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kneelift rechts und links im Wechsel; Hände drücken die Oberschenkel aktiv nach unten; Oberkörper nach vorne abbeugen - Twist: Knie gebeugt, Füße hüftbreit nebeneinander: in-out-in, out-in-out <p><u>Balltricks und Tanzschritte in einer Choreografie zusammenführen, festigen, üben und präsentieren:</u> Vorgegebene Bewegungsverbinding aus Balltricks und Tanzschritten zusammenführen</p> <p><u>Abschlusspräsentation:</u> <u>„Sound of Basketball“</u></p> <p><u>Feedback</u></p>	<p>Deduktives Vorgehen, Blockaufstellung auf Lücke</p> <p>Je zwei Kleingruppen arbeiten zusammen und tanzen sich die erarbeiteten Choreografien vor. Jede Tänzerin/jeder Tänzer wird von einer selbst gewählten Person der anderen Gruppe beobachtet. Diese gibt Rückmeldung zur Bewegungsqualität und zum Schwierigkeitsgrad der Kür.</p> <p>Ideen für mögliche Choreografien mit Basketball z. B. auf https://www.youtube.com</p> <p>Differenzierung: Umgestaltung eines vorgegebenen Bewegungsablaufs; Erweiterung der Bewegungsgestaltung um weitere eigene Balltricks und/oder Tanzschritte</p> <p>Evtl. Einsatz von Tablets mit Video Tutorials (s.o.); videogestützte Korrekturen möglich Bitte beachten: Aufnahmen nur mit dem Gerät der Schule bzw. der Lehrkraft; Aufnahmen dürfen nicht gespeichert werden, offline arbeiten, keine Geräte der SuS verwenden</p> <p>Hinweise: Merkmale von Ausdrucksfähigkeit sind z. B. lässige Körperhaltung, gebeugte Knie, lockere Armführung, Ganzkörperbewegungen</p> <p>Mögliche Beobachtungsaufträge: - Wie viele Balltricks wurden gezeigt? - Wie sicher wurden diese präsen-</p>
--	--	---	---

			<p>tiert? Gingen Bälle verloren?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Passten die Balltricks zu den Tanzschritten (Übergänge)? - Konnte der Rhythmus der Basketballbälle bei den Balltricks gehört werden? - Vielfalt der Aufstellungsformen - Welche Merkmale von Bewegungsqualität konntest du beobachten? (Merkmale vorgeben) <p>Möglichkeiten der Niveaudifferenzierung im Bereich der kognitiv/reflexiven Kompetenzen:</p> <p>(7) G: [...] erkennen E: [...] nennen und die Bewegungsqualität bei anderen erkennen und bewerten (8) E: [...] und mögliche Variationen benennen [...] (9) und (10): nur erweitertes Niveau</p> <p>F MUS L BTV, PG, MB</p>
--	--	--	---

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.