



### 1.1.1 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 7

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (60 Min.)
UV 1	„ <b>Übung macht den Meister</b> “ – Unterschiedliche Hochsprungtechniken durch gezieltes Lernen und Üben verbessern	3.4	6
UV 2	„ <b>Akrobatische Kunststücke</b> “ – Eine attraktive akrobatische Gruppengestaltung erarbeiten und präsentieren	5.3	6
UV 3	„ <b>Den Anforderungen eines Turniers gewachsen sein</b> “ – Spielsituationen im Badminton wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln	7.4	5
UV 4	„ <b>Glück - Strategie - Geschicklichkeit</b> “ – Spiele mit unterschiedlichen Strukturmerkmalen beim Spielen erleben, gezielt variieren und auf ihre Wirkung hin reflektieren	2.5	5
UV 5	„ <b>Gentlemanjonglage – mehr als eine Kaskade</b> “ – mit selbst gewählten Alltagsgegenständen jonglieren und balancieren und dabei einen Text oder eine Musik interpretieren	6.3	5
UV 6	„ <b>Ich will besser werden!</b> “ – Die eigene Schwimmtechnik (Kraul- und Rückenschwimmen) mit Start und Wende optimieren	4.4	6
UV 7	„ <b>Abtauchen!</b> “ – Sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen	4.5	4
UV 8	„ <b>Hiilfe!</b> “ – Gefahren im Wasser sicher begegnen und sich selbst und andere retten	4.6	6
UV 9	„ <b>Unsere Wasser-Show</b> “ – Erarbeiten unterschiedlicher Gruppengestaltungen im, auf und über Wasser	4.7	4
UV 10	„ <b>Spielend lernen</b> “ – Spiele mit konditionellen, koordinativen und kognitiven Anforderungen spielen, variieren und eigenständig weiterentwickeln	2.6	5
UV 11	„ <b>Einer wird gewinnen</b> “ – mit unterschiedlichen Partner*innen fair und regelkonform zweikämpfen	9.2	6
UV 12	„ <b>Gegeneinander spielen und gewinnen wollen</b> “ – im Basketballspiel 3:3 regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen	7.5	6
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			80 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			64 UE
Freiraum:			16 UE

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 3.4
<b>Thema des UV: „Übung macht den Meister“</b> – Unterschiedliche leichtathletische Techniken durch gezieltes Lernen und Üben verbessern		
<b>BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>		<b>Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen</b>
<b>Inhaltlicher Kern:</b>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>	
<b>BWK</b>	<b>SK</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen [10 BWK 3.1]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul>	
	<b>MK</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]</li> <li>unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]</li> </ul>	
	<b>UK</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li> <li>den Einsatz unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 5.3
<b>Thema des UV: „Akrobatische Kunststücke“</b> – Eine attraktive akrobatische Gruppengestaltung erarbeiten und präsentieren		
<b>BF/SB 5 Bewegen an Geräten – Turnen</b>		<b>Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung</b>
<b>Inhaltlicher Kern:</b>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Akrobatik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Variation von Bewegung [b]</li> <li>Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>	
<b>BWK</b>	<b>SK</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren [10 BWK 5.2]</li> <li>turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.4]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> </ul>	
	<b>MK</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2]</li> <li>kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]</li> </ul>	
	<b>UK</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]</li> <li>gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler</li> </ul>	

	Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]
--	--

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 5	Nummer des UVs im BF: 7.4
<b>Thema des UV: „Den Anforderungen eines Turniers gewachsen sein“</b> – Spielsituationen im Badminton wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln		
<b>BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> c – Wagnis und Verantwortung, e – Kooperation und Konkurrenz	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> • Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> • Handlungssteuerung (c) • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) • Interaktion im Sport (e)	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> • sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1]	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> • emotionale Signale in sportlichen Handlungssituationen beschreiben [10 SK c2] <b>MK</b> • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] <b>UK</b> • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Genderaspekte) beurteilen [10 UK e1]	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 5	Nummer des UVs im BF/SB: 2.5
<b>Thema des UV: „Glück - Strategie - Geschicklichkeit“</b> – Spiele mit unterschiedlichen Strukturmerkmalen beim Spielen erleben, gezielt variieren und auf ihre Wirkung hin reflektieren		
<b>BF 2 Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> e – Kooperation und Konkurrenz f – Gesundheit	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> • Kleine Spiele und Pausenspiele	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> • eigene Spiele unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.3]	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] <b>MK</b> • die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1] <b>UK</b>	



Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 5	Nummer des UVs im BF/SB: 6.3
<b>Thema des UV: „Gentlemanjonglage – mehr als eine Kaskade“</b> – mit selbst gewählten Alltagsgegenständen jonglieren und balancieren und dabei einen Text oder eine Musik interpretieren		
<b>BF/SB 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik /Tanz, Bewegungskünste</b>		<b>Inhaltsfeld:</b> <b>b - Bewegungsgestaltung</b>
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder <b>Jonglage</b>)</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ausgangspunkte von Gestaltungen [b]</li> <li>Variation von Bewegung [b]</li> <li>Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine selbstständig um- und neugestaltete künstlerische Bewegungskomposition mit oder ohne Materialien aus dem ausgewählten Bereich (Pantomime, Bewegungstheater oder <b>Jonglage</b>) allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.3]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Ausgangspunkte (<b>Texte, Musik</b> oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UV: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 4.4
<b>Thema des UV: „Ich will besser werden!“</b> – Die eigene Schwimmtechnik im Kraul- und Rückenschwimmen mit Start und Wende optimieren		
<b>BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>		<b>Inhaltsfeld:</b> <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Schwimmarten einschließlich Start und Wende</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik einschl. Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher ausführen [10 BWK 4.1]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 4.5
<b>Thema des UV: „Abtauchen!“</b> – Sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen		
<b>BF/SB 4 Bewegungen im Wasser – Schwimmen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> c – Wagnis und Verantwortung f – Gesundheit
<b>Inhaltlicher Kern:</b> • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> • Handlungssteuerung [c] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> • grundlegende Techniken und Fertigkeiten im Wasser (Schwimmen, Tauchen oder Springen) spielerisch oder ästhetisch oder kreativ zur Bewältigung unterschiedlicher Anforderungssituationen im Wasser nutzen [10 BWK 4.3]		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> • emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2] <b>MK</b> • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1] • Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2] • die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1] <b>UK</b> • komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 4.6
<b>Thema des UV: „Hilfe!“</b> – Gefahren im Wasser sicher begegnen und sich selbst und andere retten		
<b>BF/SB 4 Bewegungen im Wasser – Schwimmen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> c – Wagnis und Verantwortung f – Gesundheit
<b>Inhaltlicher Kern:</b> • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> • Handlungssteuerung [c] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> • Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- und Fremdreitung sachgerecht nutzen [10 BWK 4.2]		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3] <b>MK</b> • die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1] <b>UK</b> • komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Ge-

	fahnenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]
--	--

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UV: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 4.7
<b>Thema des UV: „Unsere Wasser-Show“</b> – Erarbeiten unterschiedlicher Gruppengestaltungen im, auf und über Wasser		
<b>BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>	<b>Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>	
<b>BWK</b>	<b>SK</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Techniken und Fertigkeiten im Wasser (Schwimmen, Tauchen oder Springen) spielerisch oder ästhetisch oder kreativ zur Bewältigung unterschiedlicher Anforderungssituationen im Wasser nutzen [10 BWK 4.1]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> </ul>	
	<b>MK</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2]</li> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]</li> </ul>	
	<b>UK</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]</li> <li>• gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 5	Nummer des UVs im BF/SB: 2.6
<b>Thema des UV: „Spielend lernen“</b> – Spiele mit konditionellen, koordinativen und kognitiven Anforderungen spielen, variieren und eigenständig weiterentwickeln		
<b>BF 2 Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>	<b>Inhaltsfeld: d – Leistung</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>	
<b>BWK</b>	<b>SK</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Förderung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.1]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3]</li> </ul>	
	<b>MK</b>	
	<b>UK</b>	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 9.2
<b>Thema des UV:</b> „Einer wird gewinnen“ – mit unterschiedlichen Partnerinnen und Partnern fair und regelkonform zweikämpfen		
<b>BF/SB 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> d – Leistung e – Kooperation und Konkurrenz
<b>Inhaltlicher Kern:</b> • Kämpfen mit- und gegeneinander		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> • Leistungsverständnis im Sport [d] • Interaktion im Sport [e]
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> • in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2]		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b>  <b>MK</b> • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]  <b>UK</b> • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 7.5
<b>Thema des UV:</b> „Gegeneinander spielen und gewinnen wollen“ – im Basketballspiel 3:3 regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen		
<b>BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfeld:</b> e – Kooperation und Konkurrenz
<b>Inhaltlicher Kern:</b> • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Interaktion im Sport [e]
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a., wettkampf-spezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]  <b>MK</b> • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2]  <b>UK</b> • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Genderaspekte) beurteilen [10 UK e1]



### 1.1.2 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 8

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (60 Minuten)
UV 1	„ <i>Ich mach mich fit für den Schülerlauf!</i> “ – Ausdauerndes Laufen systematisch verbessern	1.4	6
UV 2	„ <i>Gemeinsam können wir punkten</i> “ - Kooperative Erarbeitung des Sportspiels Roundnet zur Förderung der sozialen und spielerischen Kompetenzen in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportspielen	7.6	10
UV 3	„ <i>Felge, Kippe, Ausschleudern? Mit Sicherheit!</i> “ – An Barren, Reck und Ringen auch schwierigere Übungen sicher turnen	5.4	10
UV 4	„ <i>So sieht das aus!?</i> “ – die eigene Bewegungsqualität in der Ball-Ko-Robics Choreographie durch Fremdbeobachtung (Beobachtungsbogen) und Selbstbeobachtung (App) verbessern und den Nutzen unterschiedlicher Medien beim Bewegungsklernen vergleichend beurteilen	6.4	10
UV 5	„ <i>Höher, schneller, weiter</i> “ – einen leichtathletischen Mehrkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen	3.5	10
UV 6	„ <i>Das Fitnessstudio in der Turnhalle</i> “ – Planung, Durchführung und Reflexion eines selbst erstellten Fitnesszirkels mit gesund-funktionalen Übungen	1.5	10
UV 7	„ <i>So spielt man anderswo</i> “ – Spiele aus anderen Kulturen spielen und hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Leistungsbegriff, Partizipation, mit- und gegeneinander) analysieren und beurteilen	2.7	8
<b>Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:</b>			80 UE
<b>Stunden für die Unterrichtsvorhaben:</b>			64 UE
<b>Freiraum:</b>			16 UE



Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 1.4
<b>Thema des UV:</b> „ <i>Ich mach mich fit für den Schülerlauf</i> “ – Ausdauerndes Laufen systematisch verbessern		
<b>BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<b>Inhaltsfeld:</b> <b>d - Leistung</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> • Aerobe Ausdauerleistungsfähigkeit	<b>Inhaltlicher Schwerpunkt:</b> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Trainingsplanung und Organisation [d]	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> • eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. <b>Laufen 30 min</b> , Schwimmen 20 min, Aerobic 30 min, Radfahren 60 min) in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen [10 BWK 1.4]	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> • grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1] • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2] <b>MK</b> • einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1] • sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2] <b>UK</b>	

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 7.6
<b>Thema des UV:</b> „ <i>Gemeinsam können wir punkten</i> “ - Kooperative Erarbeitung des Sportspiels Roundnet zur Förderung der sozialen und spielerischen Kompetenzen in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportspielen		
<b>BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>	<b>Inhaltsfeld:</b> <b>e – Kooperation und Konkurrenz</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> • Weitere Sportspiele und Sportspielvariationen	<b>Inhaltlicher Schwerpunkt:</b> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> • eine Sportspielvariante (z.B. Beachvolleyball, Streetball, Floorball) oder ein alternatives Mannschafts- oder Partnerspiel (z.B. Korfball, Tschoukball, <b>Baseball</b> ) unter Berücksichtigung der technisch-kordinativen und taktisch-kognitiven Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen [10 BWK 7.4]	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] <b>MK</b> • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3] <b>UK</b>	

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 5.4
<b>Thema des UV: „Felge, Kippe, Ausschleudern? Mit Sicherheit!“</b> – Am Barren, Reck und Ringen auch schwierigere Übungen sicher turnen		
<b>BF/SB 5 Bewegungen an Geräten – Turnen</b>	<b>Inhaltsfeld:</b> <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>turnerische Grundelemente auf technisch-kordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [10 BWK 5.1]</li> <li>turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.4]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]</li> <li>unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li> <li>den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 6.4
<b>Thema des UV: „So sieht das aus!?“</b> – Die eigene Bewegungsqualität in der Ball-Ko-Robics Choreographie durch Fremdbeobachtung (analoge Medien) und Selbsteinschätzung (digitale Medien) verbessern und den Nutzen unterschiedlicher Medien beim Bewegungslernen vergleichend beurteilen		
<b>BF/SB 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik /Tanz, Bewegungskünste</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>b – Bewegungsgestaltung</b>
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>Variation von Bewegung [b]</li> <li>Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine selbstständig um- oder neugestaltete Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (<b>Ball</b>, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2]</li> <li>kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]</li> <li>gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.5
<b>Thema des UV: „Höher, schneller, weiter“</b> – einen leichtathletischen Mehrkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen		
<b>BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>d – Leistung,</b> <b>e – Kooperation und Konkurrenz</b> <b>f – Gesundheit</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leistungsverständnis im Sport [d]</li> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-kordinativen Fertigkeitensniveau ausführen [10 BWK 3.1]</li> <li>einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen [10 BWK 3.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>den Leistungs begriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungs-</li> </ul>	

	situationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Genderaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]
--	---

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 1.5
<b>Thema des UV: „Das Fitnessstudio in der Turnhalle“</b> – Planung, Durchführung und Reflexion eines selbst erstellten Fitnesszirkels mit gesund-funktionalen Übungen		
<b>BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>d – Leistung,</b> <b>f – Gesundheit</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Motorische Grundfähigkeiten und Fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> <li>Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen [10 BWK 1.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Genderaspekten kritisch beurteilen [10 UK f1]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 2.7
<b>Thema des UV: „So spielt man anderswo“</b> – Spiele aus anderen Kulturen spielen und hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Leistungsbegriff, Partizipation, mit- und gegeneinander) analysieren und beurteilen		
<b>BF 2 Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>d – Leistung</b> <b>e – Kooperation und Konkurrenz</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Spiele aus anderen Kulturen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>Interaktion im Sport [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie, Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Ge-</li> </ul>	

schlechter Aspekte) beurteilen [10 UK e1]

- den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]

### 1.1.3 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 9

	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (60 Minuten)
UV 1	„ <b>Mit der Kamera vom Werfen zum Stoßen</b> “ – Eine neue, komplexe leichtathletische Technik als Herausforderung annehmen und mit Unterstützung digitaler Medien erlernen am Beispiel des Kugelstoßens	3.6	8
UV 2	„ <b>Die Welt ist eine Scheibe</b> “ - Spiele aus anderen Kulturen spielen und verstehen - Ultimate Frisbee	2.8	112
UV 3	„ <b>Vom Streetball zum Zielspiel</b> “ – Gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten unter Berücksichtigung von Fairness und Fairplay vom 3:3 auf das 5:5 übertragen und so dem Zielspiel ein Stück näher kommen	7.7	12
UV 4	„ <b>Wir lernen den sanften Weg</b> “ – unterschiedliche Partner*innen und Gegner*innen durch Techniken und Prinzipien kontrolliert werfen und fallen lassen	9.3	12
UV 5	„ <b>Wohin mit meinen Armen und Beinen?</b> “ – Planung und Durchführung eines vielfältigen Koordinationstrainings unter besonderer Berücksichtigung der unterschiedlichen Anforderungen (u.a. Zeit-, Belastungs- und Präzisionsdruck) von sportlichen Bewegungen	1.7	10
UV 6	„ <b>Bevor es auf die Bretter geht</b> “ – Unterschiedliche Fitnessgymnastik-Programme zur gezielten Vorbereitung auf die Ski- bzw. Surf-Exkursion erproben und reflektieren	1.6	8
UV 7	„ <b>Auf die Bretter, fertig, los</b> “ – wir erlernen und vertiefen die elementaren Techniken des Skifahrens bzw. des Surfens	8.2	Wochenkurs
<b>Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:</b>			80 UE
<b>Stunden für die Unterrichtsvorhaben:</b>			64 UE
<b>Freiraum:</b>			16 UE



Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 3.6
<b>Thema des UV: „Mit der Kamera vom Werfen zum Stoßen“</b> – Eine neue, komplexe leichtathletische Technik als Herausforderung annehmen und mit Unterstützung digitaler Medien erlernen am Beispiel des Kugelstoßens		
<b>BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen</b>
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoßen, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li> <li>den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 2.8
<b>Thema des UV: „Die Welt ist eine Scheibe“</b> - Spiele aus anderen Kulturen spielen und verstehen - Ultimate Frisbee		
<b>BF 2 Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>d – Leistung</b> <b>e – Kooperation und Konkurrenz</b>
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Spiele aus anderen Kulturen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>Interaktion im Sport [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie, Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]</li> <li>den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]</li> </ul>	





Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.7
<b>Thema des UV: „Vom Streetball zum Zielspiel“</b> – Gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten unter Berücksichtigung von Fairness und Fairplay vom 3:3 auf das 5:5 übertragen und so dem Zielspiel ein Stück näher kommen		
<b>BF/SB 7 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>		<b>Inhaltsfeld:</b> <b>e – Kooperation und Konkurrenz</b>
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mannschaftsspiele (<b>Basketball</b>, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>Interaktion im Sport [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 9.3
<b>Thema des UV: „Wir lernen den sanften Weg“</b> – unterschiedliche Partner*innen und Gegner*innen durch Techniken und Prinzipien kontrolliert werfen und fallen lassen		
<b>BF/SB 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>d - Leistung</b>
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>Leistungsverständnis im Sport [d]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z. B. Halte-griffe und Befreiungen, Falltechniken und kontrolliertes Werfen) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z. B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden [10 BWK 9.1]</li> <li>in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteri-</li> </ul>	

ale Bezugsnormen und Genderaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 1.7
<b>Thema des UV: „Wohin mit meinen Armen und Beinen?“</b> – Planung und Durchführung eines vielfältigen Koordinationstrainings unter besonderer Berücksichtigung der unterschiedlichen Anforderungen (u.a. Zeit-, Belastungs- und Präzisionsdruck) von sportlichen Bewegungen		
<b>BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>d – Leistung</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [10 BWK 1.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]</li> </ul> <b>UK</b>	

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 1.6
<b>Thema des UV: „Bevor es auf die Bretter geht“</b> – Unterschiedliche Fitnessgymnastik-Programme zur gezielten Vorbereitung auf die Ski- bzw. Surf-Exkursion erproben und reflektieren		
<b>BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>d – Leistung</b> <b>f - Gesundheit</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Motorische Grundfähigkeiten und Fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen [10 BWK 1.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1]</li> <li>Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2]</li> </ul> <b>MK</b>  <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs:	Nummer des UVs im BF/SB: 8.2
<b>Thema des UV: „Auf die Bretter, fertig, los“</b> – wir erlernen und vertiefen die elementaren Techniken des Skifahrens bzw. des Surfens		
<b>BF/SB 9 Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport/ Bootssport/ Wassersport</b>	<b>Inhaltsfeld:</b> <b>c – Wagnis und Verantwortung</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gleiten und Fahren auf <b>Schnee und Wasser</b></li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c]</li> <li>Handlungssteuerung [c]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>sich in komplexen Anforderungssituationen unter Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen [10 BWK 8.1]</li> <li>gerätspezifische, technisch koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetisch, gestalterisch, spielerisch oder wettkampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren [10 BWK 8.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) für das Sporttreiben erläutern [10 SK c1]</li> <li>die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]</li> </ul> <b>UK</b>	

### 1.1.4 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 10

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (60 Minuten)
UV 1	„ <i>Der Ball wird oval</i> “ – Flag-Football als körperloses Endzonenspiel unter Berücksichtigung der besonderen taktischen Herausforderungen kennen lernen	7.8	12
UV 2	„ <i>Unsere Hip-Hop Choreo</i> “ – wir erstellen eine Hip-Hop-Choreografie unter Berücksichtigung von Aufstellungsformen, Raumwegen und Raumebenen	6.5	12
UV 3	„ <i>Ausdauer- und Fitnesstraining in unserer Sporthalle</i> “ – ausgewählte Ausdauertrainingstrainingsformen aus dem Fitnessstudio unter Berücksichtigung von Fitnesstrends und Gesundheitsaspekten durchführen	1.8	12
UV 4	„ <i>Jump and Run in der Turnhalle!</i> “ – Eine spannende turnerische Bewegungsgestaltung an einer Hindernisbahn entwickeln und präsentieren	5.5	12
UV 5	„ <i>GALiatoren Fünfkampf</i> “ – einen alternativen leichtathletischen Wettkampf in fünf Disziplinen planen, durchführen und auswerten	3.7	12
<b>Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:</b>			80 UE
<b>Stunden für die Unterrichtsvorhaben:</b>			60 UE
<b>Freiraum:</b>			20UE

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.8
<b>Thema des UV 1: „Der Ball wird oval“</b> – Flag-Football als körperloses Endzonenspiel unter Berücksichtigung der besonderen taktischen Herausforderungen kennen lernen		
<b>BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> d – Leistung e – Kooperation und Konkurrenz
<b>Inhaltlicher Kern:</b> • Weitere Sportspiele und Sportspielvariationen	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> • ein Endzonenspiel (z.B. Ultimate Frisbee, Rugby, Flag-Football) unter Berücksichtigung der technisch-koordinativen und taktisch-kognitiven Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen [10 BWK 7.3]	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] <b>MK</b> • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] <b>UK</b> • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen auch unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Genderaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d1]	

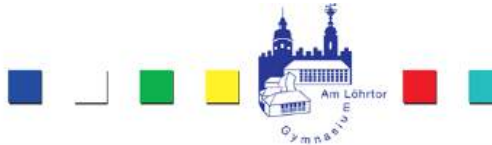
Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 6.5
<b>Thema des UV 2: „Unsere Hip-Hop Choreo“</b> – wir erstellen eine Hip-Hop-Choreografie unter Berücksichtigung von Aufstellungsformen, Raumwegen und Raumebenen		
<b>BF 6/SB Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b>		<b>Inhaltsfeld:</b> b - Bewegungsgestaltung
<b>Inhaltlicher Kern:</b> • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> • Variation von Bewegung [b] • Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> • eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Hip-Hop, Jazztanz, Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.2]	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] • das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2] <b>MK</b> • Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2] <b>UK</b> • komplexere gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]	

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 1.8
<b>Thema des UV 3: „Ausdauer- und Fitnessstraining in unserer Sporthalle“</b> – ausgewählte Ausdauertrainingstrainingsformen aus dem Fitnessstudio unter Berücksichtigung von Fitnessrends und Gesundheitsaspekten durchführen		
<b>BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<b>Inhaltsfeld: f – Gesundheit</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> <li>Aerobe Ausdauerfähigkeit</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> <li>Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen [10 BWK 1.1]</li> <li>eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 30 min, Schwimmen 20 min, Aerobic 30 min, Radfahren 60 min) in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen [10 BWK 1.4]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit und das psycho-physische Wohlbefinden beschreiben [10 SK f1]</li> <li>Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2]</li> </ul> <b>MK</b> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnessrends und Körperideale auch unter Genderaspekten kritisch beurteilen [10 UK f1]</li> </ul>	

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 5.5
<b>Thema des UV 4: „Jump and Run in der Turnhalle!“</b> – Eine spannende turnerische Bewegungsgestaltung an einer Hindernisbahn entwickeln und präsentieren		
<b>BF/SB 5 Bewegen an Geräten – Turnen</b>	<b>Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung c – Wagnis und Verantwortung</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen</li> <li>normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> <li>Ausgangspunkte von Gestaltungen [b]</li> <li>Handlungssteuerung [c]</li> <li>Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [10 BWK 5.1]</li> <li>turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) für das Sporttreiben erläutern [10 SK c1]</li> <li>emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2]</li> <li>die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen allein oder in der Gruppe nutzen [10 MK b1]</li> <li>Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]</li> <li>Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst ans individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2]</li> </ul>	

	<p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]</li> </ul>
--	--

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.7
<p><b>Thema des UV 5: „GALiatoren Fünfkampf“</b> – einen alternativen leichtathletischen Wettkampf in fünf Disziplinen planen, durchführen und auswerten</p>		
<p><b>BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>d – Leistung</b></p> <p><b>e – Kooperation und Konkurrenz</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leistungsverständnis im Sport [d]</li> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen [10 BWK 3.4]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Genderaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]</li> </ul>	

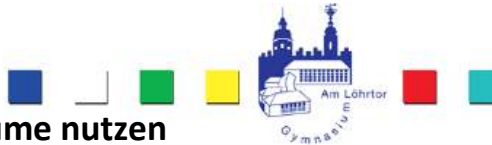


### 1.1.5 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Bewegungsfeldern

#### BF/SB 1 – Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten entwickeln

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (60 Min.)
1.1	„ <i>Fit und leistungsstark</i> “ – In einer selbst gewählten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung der Reaktionen des eigenen Körpers ausdauernd schwimmen können	5	4
1.2	„ <i>Ausdauer macht Spaß!</i> “ – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben	6	6
1.3	„ <i>Vorbereitung mit Plan</i> “ – Kennen lernen der grundlegenden Bestandteile von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen als gezielte Maßnahme zur Verletzungsprophylaxe	6	6
<b>Ende Erprobungsstufe</b>			
1.4	„ <i>Ich mach mich fit für den Schülerlauf fit!</i> “ – Ausdauerndes Laufen systematisch verbessern	8	8
1.5	„ <i>Das Fitnessstudio in der Turnhalle</i> “ – Planung, Durchführung und Reflexion eines selbst erstellten Fitnesszirkels mit gesund-funktionalen Übungen	8	10
1.6	„ <i>Bevor es auf die Bretter geht</i> “ – Unterschiedliche Fitnessgymnastik-Programme zur gezielten Vorbereitung auf die Ski- bzw. Surf-Exkursion erproben und reflektieren	9	8
1.7	„ <i>Wohin mit meinen Armen und Beinen?</i> “ – Planung und Durchführung eines vielfältigen Koordinationstrainings unter besonderer Berücksichtigung der unterschiedlichen Anforderungen (u.a. Zeit-, Belastungs- und Präzisionsdruck) von sportlichen Bewegungen	9	10
1.8	„ <i>Ausdauer- und Fitnesstraining in unserer Sporthalle</i> “ – ausgewählte Ausdauertrainingstrainingsformen aus dem Fitnessstudio unter Berücksichtigung von Fitnesstrends und Gesundheitsaspekten durchführen	10	12
<b>Ende Sekundarstufe I</b>			<b>64 UE</b>





## BF/SB 2 - Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (60 Min.)
2.1	„ <b>Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß?</b> “ – Verschiedene Spiele und Spielideen kennen lernen, kriterienorientiert variieren und deren Regeln dokumentieren	5	6
2.2	„ <b>Spiele fürs Köpfchen</b> “ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („ <i>Games for brains</i> “) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit erproben	5	5
2.3	„ <b>Gemeinsam und kooperativ</b> “ – Unterschiedliche Spiele und Spielideen unter besonderer Berücksichtigung der gruppenübergreifenden Kooperation durchführen	6	6
2.4	„ <b>Wir entwickeln ein neues Spiel</b> “ – Ein eigenes Spiel ausgehend von bekannten Spielideen und vereinfachten Regelstrukturen entwickeln und hinsichtlich ausgewählter Aspekte bewerten	6	8
<b>Ende Erprobungsstufe</b>			
2.5	„ <b>Glück - Strategie - Geschicklichkeit</b> “ – Spiele mit unterschiedlichen Strukturmerkmalen beim Spielen erleben, gezielt variieren und auf ihre Wirkung hin reflektieren	7	5
2.6	„ <b>Spielend lernen</b> “ – Spiele mit konditionellen, koordinativen und kognitiven Anforderungen spielen, variieren und eigenständig weiterentwickeln	7	5
2.7	„ <b>So spielt man anderswo</b> “ – Spiele aus anderen Kulturen spielen und hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Leistungsbegriff, Partizipation, mit- und gegeneinander) analysieren und beurteilen	8	12
2.8	„ <b>Die Welt ist eine Scheibe</b> “ - Spiele aus anderen Kulturen spielen und verstehen - Ultimate Frisbee	9	10
<b>Ende Sekundarstufe I</b>			<b>57 UE</b>



### BF/SB 3 – Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (60 Minuten)
3.1	„ <i>Rennen, Hüpfen, Werfen</i> “ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren	5	10
3.2	„ <i>Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf</i> “ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben	5	10
3.3	„ <i>Abgerechnet wird zum Schluss</i> “ – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch	6	10
<b>Ende Erprobungsstufe</b>			
3.4	„ <i>Übung macht den Meister</i> “ – Unterschiedliche leichtathletische Techniken durch gezieltes Lernen und Üben verbessern	7	6
3.5	„ <i>Höher, schneller, weiter</i> “ – einen leichtathletischen Mehrkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen	8	10
3.6	„ <i>Mit der Kamera vom Werfen zum Stoßen</i> “ – Eine neue, komplexe leichtathletische Technik als Herausforderung annehmen und mit Unterstützung digitaler Medien erlernen am Beispiel des Kugelstoßens	9	8
3.7	„ <i>GALiatoren Fünfkampf</i> “ – einen alternativen leichtathletischen Wettkampf in fünf Disziplinen planen, durchführen und auswerten	10	12
<b>Ende Sekundarstufe I</b>			<b>66 UE</b>



## BF/SB 4 – Bewegen im Wasser - Schwimmen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (60 Minuten)
4.1	„ <i>Qualle, Delphin, Wal und Flusspferd</i> “ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen	5	10
4.2	„ <i>Kleiner Finger – Greifen – Ziehen – Drücken! Und Rollen! Und Atmen!</i> “ – Beim Erlernen des Rückenkraultschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen	5	10
4.3	„ <i>Wasserspringen ohne Angst und Übermut!</i> “ – Beim vielfältigen Springen mit Angst umgehen und seine Grenzen ausloten	5	4
<b>Ende Erprobungsstufe</b>			
4.4	„ <i>Ich will besser werden!</i> “ – Die eigene Schwimmtechnik (Kraul- und Rückenschwimmen) mit Start und Wende optimieren	7	6
4.5	„ <i>Abtauchen!</i> “ – Sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen	7	4
4.6	„ <i>Hiilfe!</i> “ – Gefahren im Wasser sicher begegnen und sich selbst und andere retten	7	6
4.7	„ <i>Unsere Wasser-Show</i> “ – Erarbeiten unterschiedlicher Gruppengestaltungen im, auf und über Wasser	7	4
<b>Ende Sekundarstufe I</b>			<b>44 UE</b>



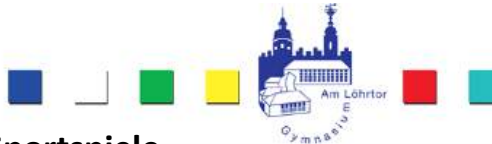
## BF/SB 5 – Bewegen an Geräten - Turnen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (60 Minuten)
5.1	„ <i>Rolle, Handstand, Rad ... und was geht noch?</i> “ – Grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten am Boden (Barren, Reck oder Schwebebalken) für die Gestaltung einer Bewegungsverbinding nutzen	5	10
5.2	„ <i>Spannungsgeladene Ninja Warriors</i> “ – Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Geräte- und Abenteuerstationen und -parcours nutzen	6	6
<b>Ende Erprobungsstufe</b>			
5.3	„ <i>Akrobatische Kunststücke</i> “ – Eine attraktive akrobatische Gruppengestaltung erarbeiten und präsentieren	7	6
5.4	„ <i>Felge, Kippe, Ausschleudern? Mit Sicherheit!</i> “ – Am Barren, Reck und Ringen auch schwierigere Übungen sicher turnen	8	12
5.5	„ <i>Jump and Run in der Turnhalle!</i> “ – Eine spannende turnerische Bewegungsgestaltung an einer Hindernisbahn entwickeln und präsentieren	10	12
<b>Ende Sekundarstufe I</b>			<b>46 UE</b>



## BF/SB 6 – Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (60 Minuten)
6.1	„ <i>Basic Tricks mit Seil und Partner</i> “ – Eine Minichoreo mit dem Seil zum Rhythmus der Musik gestalten und dabei mindestens 3 Tricks kombinieren und demonstrieren	5	9
6.2	„ <i>Cooler moves zu aktuellen Hits</i> “ – Vor dem Hintergrund der gemeinsamen Basischoreographie (Refrain) die einzelnen Liedstrophen in Gruppen selbst gestalten	6	10
<b>Ende Erprobungsstufe</b>			
6.3	„ <i>Gentlemanjonglage – mehr als eine Kaskade</i> “ – mit selbst gewählten Alltagsgegenständen jonglieren und balancieren und dabei einen Text oder eine Musik interpretieren	7	5
6.4	„ <i>So sieht das aus!?</i> “ – die eigene Bewegungsqualität in der Ball-Ko-Robics Choreographie durch Fremdbeobachtung (Beobachtungsbogen) und Selbstbeobachtung (App) verbessern und den Nutzen unterschiedlicher Medien beim Bewegungslernen vergleichend beurteilen	8	12
6.5	„ <i>Unsere Hip-Hop Choreo</i> “ – wir erstellen eine Hip-Hop-Choreografie unter Berücksichtigung von Aufstellungsformen, Raumwegen und Raumebenen	10	12
<b>Ende Sekundarstufe I</b>			<b>48 UE</b>



## BF/SB 7 – Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (60 Min.)
7.1	„ <i>Der Ball ist mein Freund</i> “ – Sportspielübergreifende Basiskompetenzen aus der Heidelberger Ballschule in vielfältigen Spiel- und Übungsformen unter Berücksichtigung der individuellen Bewegungsqualität vertiefen	5	8
7.2	„ <i>Spiele nach Regeln und mit Verstand</i> “ – Sich in sportspielgerichteten Spielformen regelgerecht und mannschaftsdienlich verhalten und taktisch angemessen agieren	5	8
7.3	„ <i>Erste Schritte im Basketball</i> “ – Einfache Spielsituationen im Spiel 3:3 durch taktisch angemessenes und regelgerechtes Verhalten bewältigen	6	10
<b>Ende Erprobungsstufe</b>			
7.4	„ <i>Den Anforderungen eines Turniers gewachsen sein</i> “ – Spielsituationen im Badminton wahrnehmen und technisch-koodinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln	7	5
7.5	„ <i>Gegeneinander spielen und gewinnen wollen</i> “ – im Basketballspiel 3:3 regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen	7	6
7.6	„ <i>Gemeinsam können wir punkten</i> “ –Kooperative Erarbeitung des Sportspiels Roundnet zur Förderung der sozialen und spielerischen kooperativen und konkurrenzorientierten Sportspielen	8	10
7.7	„ <i>Vom Streetball zum Zielspiel</i> “ – Gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten unter Berücksichtigung von Fairness und Fairplay vom 3:3 auf das 5:5 übertragen und so dem Zielspiel ein Stück näher kommen	9	12
7.8	„ <i>Der Ball wird oval</i> “ – Flag-Football als körperloses Endzonenspiel unter Berücksichtigung der besonderen taktischen Herausforderungen kennen lernen	10	12



**Ende Sekundarstufe I**

**71 UE**



**BF/SB 8 – Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wassersport**

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (60 Minuten)
8.1	„ <i>Wer bremsen kann, gewinnt</i> “ – Einen selbst erstellten niveaudifferenzierten Skate-Parcours sicherheitsbewusst bewältigen	6	4
<b>Ende Erprobungsstufe</b>			
8.2	„ <i>Auf die Bretter, fertig, los</i> “ – wir erlernen und vertiefen die elementaren Techniken des Skifahrens bzw. des Surfens	9	<b>WOCHENKURS</b>
<b>Ende Sekundarstufe I</b>			<b>4 UE + Wochenkurs</b>



## BF/SB 9 – Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport



Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (60 Minuten)
9.1	„ <i>Vielfältig und fair</i> “ – Allein und in Gruppen um Räume, Gegenstände und Ausgangssituationen regelgerecht kämpfen	6	6
<b>Ende Erprobungsstufe</b>			
9.2	„ <i>Einer wird gewinnen</i> “ – mit unterschiedlichen Partnerinnen und Partnern fair und regelkonform zweikämpfen	7	6
9.3	„ <i>Wir lernen den sanften Weg</i> “ – unterschiedliche Partner*innen und Gegner*innen durch Techniken und Prinzipien kontrolliert werfen und fallen lassen	9	12
<b>Ende Sekundarstufe I</b>			<b>24 UE</b>

### 1.1.6 Zuordnung der Kompetenzerwartungen sowie der inhaltlichen Schwerpunkte zu den neun Bewegungsfeldern und Sportbereichen

Die Zuordnung der Unterrichtsvorhaben verdeutlicht einerseits den kumulativ aufgebauten Kompetenzzuwachs, andererseits die Anzahl der UV und deren intentionale Ausrichtung nach den Inhaltsfeldern.

Die Fachkonferenz Sport des GAL hat die Vereinbarung getroffen, nicht alle Bewegungsfelder und Sportbereiche in gleicher Quantität zu unterrichten. Dem Gedanken eines Kernlehrplans folgend wurden ganz bewusst qualitative und quantitative Entscheidungen zu Gunsten einzelner Bewegungsfelder und Sportbereiche getroffen.

### 1.1.7 Absprachen der Fachkonferenz über didaktisch-methodische Entscheidungen

Die Fachkonferenz trifft auf der Grundlage der Obligatorik Absprachen für jedes Unterrichtsvorhaben und sichert damit die fachliche Kontinuität der Lehr- und Lernprozesse innerhalb einzelner Jahrgangsstufen.

In UV - Karten zu den jeweiligen UV werden – bezogen auf den Kernlehrplan – auf der Vorderseite die Kompetenzerwartungen und die zentralen Inhalte konkretisiert. Darin werden die angestrebten Kompetenzerwartungen sowie die zentralen Inhalte des UV auf der Grundlage der Inhaltsfelder konkret aufgeführt. Zusätzlich werden auf der Vorderseite Angaben zur leitenden pädagogischen Perspektive des jeweiligen UV, zur Reihenfolge des UV innerhalb des jeweiligen Bewegungsfeldes/ Sportbereichs sowie zur Jahrgangsstufe, in der das UV durchgeführt werden soll, gemacht.

### 1.1.8 Hausaufgaben im Sportunterricht

Hausaufgaben sollen in einzelnen Unterrichtsvorhaben vornehmlich der Vor- und Nachbereitung sowie der Anwendung der Unterrichtsinhalte dienen. Dabei orientiert sich die Fachkonferenz Sport am gültigen Hausaufgabenkonzept des GALs, welches den zeitlichen Rahmen pro Fach und Woche vorgibt.

Hausaufgaben sollen immer dann behutsam eingesetzt werden, wenn Übungs-, Anwendungs- und Vorbereitungsaufgaben Gegenstand des Unterrichts sind, deren Ergebnisse nicht allein durch den Sportunterricht erreicht werden können (z. B. Ausdauerleistungen). Dabei bietet es sich oftmals an, die Hausaufgabe als langfristigen Plan aufzugeben (z. B. über einen Monat), der von den SuS als eine Art Tagebuch dokumentiert werden kann.

### 1.1.9 Entschlüsselung von Operatoren zur Bewältigung von Aufgaben

Die offiziellen, fächerspezifischen Operatorenlisten des MSW stellen Handlungsaufforderungen dar, um fachspezifische - mündliche oder schriftliche - Aufgaben für SuS zu initiieren, zu lenken und zu strukturieren. Dabei stellt die Fachkonferenz durch gezielt ausgewählte und verantwortungsvoll eingesetzte mündliche und schriftliche Übungen / Hausaufgaben sicher, dass FachlehrerInnen sowie SuS ein gemeinsames Verständnis vom Kerninhalt der für die Sekundarstufe I grundlegenden Operatoren haben. Dazu trifft die Fachkonferenz eine Auswahl von Operatoren, die bis zum Ende der Sekundarstufe I betont werden und durch Übungen gesichert werden sollen. Folgende Auswahl von Operatoren (z.T. für die Sek. I mit reduzierten Anspruch) aus der Operatorenliste für den Sportunterricht in der Sekundarstufe II wird verbindlich bis zum Ende der Sekundarstufe I von der Fachkonferenz in den jeweiligen Unterrichtsvorhaben festgelegt.

<b>Operator</b>	<b>AFB</b>	<b>Definition - Sekundarstufe I</b>
Benennen	I	ohne nähere Erläuterungen aufzählen
Beschreiben	I (- II)	einfache Strukturen, Sachverhalte oder Zusammenhänge unter Darstellen Verwendung der Fachsprache in eigenen Worten wiedergeben
Ein-/Zuordnen	I – II	einen Sachverhalt in einen konkreten Zusammenhang einfügen
Skizzieren	I – II	grundlegende Sachverhalte, Strukturen oder Ergebnisse kurz und übersichtlich ( z.B. mit Hilfe von Diagramme, Abbildungen, Tabellen) beschreiben
Zusammenfassen	I – II	wesentliche Aussagen strukturiert wiedergeben
Analysieren	II	Unter gezielten Fragestellungen Ergebnisse darstellen
Anwenden/ Übertragen	II (- III)	einen bekannten Sachverhalt, eine bekannte Methode auf eine neue Problemstellung beziehen
Erklären	II (- III)	ein Phänomen oder einen Sachverhalt auf Gesetzmäßigkeiten zurückführen
Vergleichen / Ge- genüberstellen	II (- III)	nach vorgegebenen oder selbst gewählten Gesichtspunkten oder Kriterien Gemeinsamkeiten, Ähnlichkeiten und Unterschiede ermitteln und gegenüberstellen
Auswerten	II (- III)	Arbeits- und Lernprozesse, Daten oder Einzelergebnisse in einer

