

Bewegungsfeld/Sportbereich: 1.4	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	F/A/D	7	4		30

Thema des UV:

Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten – allgemeines und sportartspezifisches Aufwärmen funktionsgerecht, strukturiert und reflektiert durchführen können

Kompetenzerwartungen: BWK 1.1, MK 1.1, UK 1.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

Die Schülerinnen und Schüler können

- sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen (9 BWK 1.1).

Methodenkompetenz (MK):

Die Schülerinnen und Schüler können

- einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten (9 MK 1.1).

Urteilskompetenz (UK):

Die Schülerinnen und Schüler können

- ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen (9 UK 1.1).

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, d1, d2, f1, f2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)

Leistung (d)

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)(d1)
- Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)(d2)

Gesundheit (f)

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f1)
- Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (f2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Thema des UV 1.4: „Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten- allgemeines und sportartspezifisches Aufwärmen funktionsgerecht, strukturiert und reflektiert durchführen können“ (4 Std.)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Selbsteinschätzung der individuellen Leistungsfähigkeit (Körperwahrnehmung, Spielfähigkeit...) • Aufwärmen – allgemein und sportartspezifisch 	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexion von Kriterien eines „Guten Aufwärmprogramms“ • Eigenverantwortliche Erarbeitung und strukturierte Anleitung eines allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogramms <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • psycho-physischen Leitungsfähigkeit • Partner-, Gruppenformen 	<p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körperliche Reaktionen auf Belastung (Atemfrequenz, Hf, Schwitzen...) • Allgemeine Aufwärmprinzipien (Individualität, Erhöhung der Körperkerntemperatur, hoher Anteil aktiver Muskelgruppen, mentale Vorbereitung) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Herzfrequenz, Atemfrequenz • Dehnen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mitarbeit und Bereitschaft • Selbstständigkeit • Reflexionsfähigkeit <p>punktuell/schuljahrsübergreifend</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eigenverantwortliche Erarbeitung, Durchführung und Reflexion eines Aufwärmprogramms

Anmerkung: UV 30 bietet sich nach einer einführenden Thematisierung als schuljahrsübergreifendes Vorhaben an.

Bewegungsfeld/Sportbereich: 2.3	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	E/A	7	4		37

Thema des UV:

Unterschiedliche Spielformen in Spilsportvarianten – Grundideen und Strukturen analysieren, vergleichen und verändern

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 2.1, 9 BWK 2.2, 9 MK 2.1, 9 UK 1.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

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

Methodenkompetenz (MK):

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

Urteilskompetenz (UK):

- ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen (9 UK 1.1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a2, a3, e1, e2, e3, e4

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a3)

Kooperation und Konkurrenz (e)

- Mit – und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (e1)
- Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (e2)
- (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (e3)
- Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (e4)

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Thema des UV 2.3: „Unterschiedliche Spielformen in Sportsportvarianten - Grundideen und Strukturen analysieren, vergleichen und verändern“

(4 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • SuS analysieren, vergleichen und verändern Grundideen und Strukturen von verschiedenen Spielformen und entwickeln sie gfls. weiter im Hinblick auf das Regelwerk; sie präsentieren diese der Lerngruppe • Überblick der motorischen und koordinativen Fähigkeiten als Grundlagen von Sportsportvarianten • Bewertung und Reflexion der Sportsportvarianten <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fairness • Teamwork • Kooperation und Konkurrenz • Regelwerk 	<ul style="list-style-type: none"> • Partner- und Gruppenarbeit • Kooperations- und Kennenlernspiele <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit/Gruppenarbeit • Abbau von Berührungängsten • Aufbau einer Klassengemeinschaft • Sozialkompetenz 	<p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Aufgaben nach Vorgabe lösen und variieren • Kombination von Laufen und Einsatz von Gegenständen • Kleine Spiele mit Bällen und anderen Spielgeräten • Lauf- und Fangspiele 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperationsfähigkeit • Anstrengungsbereitschaft • Selbstständigkeit

Bewegungsfeld/Sportbereich 3.5	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</i>	<i>DF</i>	<i>7</i>	<i>10</i>		<i>36</i>

Thema des UV:

Leistung erbringen unter Gesundheitsaspekten - wir bereiten uns auf die Sommerbundesjugendspiele vor

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 3.3, 9 MK 3.1, 9 MK 3.2, 9 UK 3.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *beim Laufen eine Langzeitausdauerleistung (LZA I bis 30 Minuten) gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit - erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben (3)*

Methodenkompetenz (MK)

- *leichtathletische Wettkampfregeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten. (1)*
- *selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z. B. tabellarisch, grafisch) erfassen. (2)*

Urteilskompetenz (UK)

- *die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: d 1, d 2, d 3, e 1, e 2

Leistung und Leistungsverständnis (d)

- **Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)**
- **Methoden zur Leistungssteigerung (2)**
- **Differenziertes Leistungsverständnis (relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)**

Gesundheit (e)

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)
- Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Aspekte des Sporttreibens (2)

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV 3.5: „Leistung erbringen unter Gesundheitsaspekten - wir bereiten uns auf die Sommerbundesjugendspiele vor“

(10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • individuelle anaerobe und aerobe Belastungen wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen • Anpassen der aktuellen Laufgeschwindigkeit an die eigene Zielvorgabe in Abstimmung mit der eigenen Leistungsfähigkeit • Auswirkungen von Ausdauersport auf den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Aspekten <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Herzkreislaufsystem • aerob - anaerob • Ruhepuls, Maximalpuls, Ausdauerpuls • Anpassung durch Training 	<ul style="list-style-type: none"> • Individuelles Vorgehen bei der eigenen sinnvollen Zielbestimmung • Sensibilisierung für taktisches Fehlverhalten im Langlauf • Erfassen der eigenen Leistungsverbesserung durch Herzfrequenzmessungen über einen längeren Zeitraum • Hausaufgabe (2-3 Mal/Woche 20-30 Minuten im aeroben Bereich) <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Herzfrequenzmessung • Dauermethode (Hausaufgabe) • Intervallmethode (Unterricht) 	<p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Problematisierung des Ausdauertrainings in der Schule • Mitteldistanzläufe mit niedriger Intensität (Pulskontrolle) • Läufe mit individuell gestaltetem, steigendem Rundentempo von Lauf zu Lauf (Pulskontrolle) • Dauerläufe mit steigender Tempovorgabe von Runde zu Runde (Pulskontrolle) • Durchführung von Testläufen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Atemtechnik • Lauftaktik, Laufeinteilung • Grundlagenausdauer • Mittelzeitausdauer 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit am taktischen Verhalten (Laufeinteilung) • Überprüfung der HA am Leistungsfortschritt • Bereitschaft + Einsatz <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsentwicklung • Gesamtergebnis bei den Bundesjugendspielen

<i>Bewegungsfeld/Sportbereich: 4.5</i>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Bewegen im Wasser - Schwimmen</i>	<i>A</i>	<i>7</i>	<i>4</i>		<i>27</i>

Thema des UV:

Wir bereiten uns auf das Schwimmbzeichen vor

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 4.3,9 MK 4.1, 9 UK 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- eine Langzeitdauerbelastung (LZB I bis 30 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert (ohne Unterbrechung individueller Leistungsfähigkeit) erbringen

Methodenkompetenz (MK)

- *grundlegende Merkmale ausdauernden Schwimmens erläutern und sich auf eine zu erbringende leistungs- oder gesundheitsbezogene Ausdauerfähigkeit beim Schwimmen selbstständig vorbereiten.*

Urteilskompetenz (UK)

- die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z.B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 1,a 3

Bewegungsstrukturen und Bewegungslernen (a)

- ***Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)***
- ***Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)***

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen

Thema des UV 4.5: „Wir bereiten uns auf das Schwimmbzeichen vor“ (4 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Wiederholung der Baderegeln • Sicherheitsaspekte beim Tauchen • Sicherheitsaspekte beim Springen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheit 	<ul style="list-style-type: none"> • Wasservertrautheit festigen • Vertiefendes Üben - Tauchen • Sprunghöhe steigern <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Selbständiges trainieren 	<p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres Ausdauerschwimmen • Schwimmen auf Zeit 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prüfungsbedingungen erproben

<i>Bewegungsfeld/Sportbereich: 4.6</i>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Bewegen im Wasser - Schwimmen</i>	<i>D/F</i>	<i>7</i>	<i>8</i>		<i>28</i>

Thema des UV:

Ich schaffe es - das DT. Jugendschwimmabzeichen in Bronze

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 4.4, 9 MK 4.1, 9 UK 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- Maßnahmen zur Selbstrettung und einfache Formen der Fremdrettung benennen, erläutern und anwenden

Methodenkompetenz (MK)

- *grundlegende Merkmale ausdauernden Schwimmens erläutern und sich auf eine zu erbringende leistungs- oder gesundheitsbezogene Ausdauerfähigkeit beim Schwimmen selbstständig vorbereiten.*

Urteilskompetenz (UK)

- die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z.B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: d 1, d 2 , f 1

Leistung (d)

- **Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzung wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)**
- **Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) (2)**

Gesundheit (f)

- **Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)**

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen

Thema des UV 4.6: „Ich schaffe es - das DT. Jugendschwimmabzeichen in Bronze/Silber“ (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Baderegeln • Sicherheitsaspekte beim Tauchen • Sicherheitsaspekte beim Springen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheit 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstständiges Trainieren unter Anleitung des Lehrers • Vertiefendes Üben - Tauchen • Sprunghöhe steigern <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eigenes Können einschätzen 	<p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disziplinen des Schwimmabzeichens 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schwimmabzeichen in Bronze / Silber • Kenntnisse der Baderegeln (Tests / mündl Überprüfung)

<i>Bewegungsfeld/Sportbereich: 4.7</i>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Bewegen im Wasser - Schwimmen</i>	<i>A/D</i>	<i>7</i>	<i>6</i>		<i>29</i>

Thema des UV:

Kraulschwimmen auf dem Rücken und Bauch und damit schnell schwimmen

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 4.1 , 4.2 9 UK 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- technisch- koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und Rückenlage sicher anwenden
- eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimmtechnik beschreiben, einzelne Phasen zuordnen und ihre Funktion erläutern

Methodenkompetenz (MK)

Urteilskompetenz (UK)

- die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z.B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, a 3, d1, d3

Bewegungsstrukturen und Bewegungslernen (a)

- ***Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)***
- ***Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)***
- ***Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)***

Leistung (d)

- ***Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzung wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)***
- ***Differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nichtnormierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)***

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen

Thema des UV 4.7: „Kraulschwimmen auf dem Rücken und Bauch und damit schnell schwimmen“ (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Sicher gleiten und ruhig atmen • Von der Gleichschlag zur Wechselschlagtechnik (kennen und erklären) • Erlernen der seitlichen Atmung • Vom Querschwimmen zum Bahnen schwimmen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Intervalltraining 	<ul style="list-style-type: none"> • Arbeiten mit dem Schwimmbrett • Arbeiten mit den Pullboys • Übungen am Beckenrand <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beinschlagübungen • Armzugübungen • Mitschüler beobachten und Fehler erkennen 	<p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zusammenspiel von Armzug und Atmung erkennen • Einsatz von Schwimmhilfen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Bewegungskoordination <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 25m Kraulschwimmen • In der Rückenlage „gerade“ liegen und den Beinschlag können

Bewegungsfeld/Sportbereich: 5.5	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
Bewegen an Geräten - Turnen	<i>F D</i>	<i>7</i>	<i>8</i>		<i>31</i>

Thema des UV:

Gut gerüstet für sportliche Wettkämpfe - Wir bereiten uns auf das Wintersportfest vor

Kompetenzerwartungen: BWK 1,2,4; MK 1; UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- an Turngeräten (u.a. Boden, Sprunggerät, Reck oder Stufenbarren, Balken oder Parallelbarren) oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-koodinativ grundlegendem Niveau normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden (1).
- an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (2).
- zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern (4).

Methodenkompetenz:

- in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und lernprozess übernehmen (1).

Urteilskompetenz:

Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koodinativer Leistungsfähigkeit beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: f1, d1, d3

Gesundheit (f)

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)

Leistung (d)

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)
- differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 5 Bewegen an Geräten - Turnen

Thema des UV 5.5: „Gut gerüstet für sportliche Wettkämpfe - Wir bereiten uns auf das Wintersportfest vor“ (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Turnen an den Geräten Reck, Boden, Barren, Schwebebalken und Sprung als Vorbereitung für das Wintersportfest • Durch das Erlernen und Anwenden der korrekten Hilfestellung sich gegenseitig beim Turnen unterstützen • Kombination der Pflichtelemente der unterschiedlichen Jahrgangsstufen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Handstand abrollen, Flugrolle, Radwende, Hüftumschwung, Kippe, Hohe Wende, Standwaage, Grätschwinkelsprung, • T- Bock 	<ul style="list-style-type: none"> • Methodische Übungsreihen • Sicheres Turnen in Gruppenarbeit <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dreh-, Stützgriff (bei Kippbewegungen) 	<p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Turnerische Elemente einzeln erlernen und zu Pflichtübungen am Boden, Barren, Schwebebalken, Reck und Sprung zusammenstellen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperationsfähigkeit • Selbstständigkeit (Auf- und Abbau) • Verantwortung und Konzentration bei der Hilfestellung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wintersportfest

Bewegungsfeld/Sportbereich: 5.6	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
Bewegen an Geräten - Turnen	B E	7	6		32

Thema des UV: Wie Turnvater Jahn - Radschlagen können

Kompetenzerwartungen: BWK 1,2; MK 3

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- an Turngeräten (u.a. Boden, Sprunggerät, Reck oder Stufenbarren, Balken oder Parallelbarren) oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden (1).
- an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (2).

Methodenkompetenz:

- sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen auf fachsprachlich grundlegendem Niveau verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern (3).

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: b1, b2, e2

Bewegungsgestaltung (b)

- **Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (1)**
- **Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)**

Kooperation und Konkurrenz (e)

- soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 5 Bewegungen an Geräten - Turnen

Thema des UV 5.6: „Wie Turnvater Jahn - Radschlagen können“ (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • SuS schlagen Räder in einer Gruppe synchron <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Synchronität • Rhythmisierung 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit 	<p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Räder am Boden 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperationsfähigkeit • Selbstständigkeit <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung einer Gruppenpflichtübung

<i>Bewegungsfeld/Sportbereich:6.3</i>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i>	<i>B/A/E</i>	<i>7.2</i>	<i>8</i>		<i>35</i>

Thema des UV:

Wir präsentieren uns allein oder zu mehreren - Kunststücke mit Bällen oder Seilen finden, üben und darstellen

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 6.1,3; 9 MK 6.1; 9UK 6.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens - auch in der Gruppe - strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern. (1)
- Objekte oder Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren.(3)

Methodenkompetenz (MK):

- Ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder Gestaltungsthemen Kompositionen kriteriengeleitet allein oder in der Gruppe - entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z.B. Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern (1)

Urteilskompetenz (UK):

- *Die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: b 1, b 2, b3, a 3, e 2

Bewegungsgestaltung (b)

- **Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch). (1)**
- **Variation von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch). (2)**
- **Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und Gestaltungsobjekte (3)**

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens. (3)

Kooperation und Konkurrenz

- soziale und organisatorische Aspekte von gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen. (2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 6 Gestalten, tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

**Thema des UV 6.3: „Wir präsentieren uns allein oder zu mehreren – Kunststücke mit Bällen oder Seilen finden, üben und darstellen“
(10 Stunden)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Imitatives Arbeiten an Grundtechniken aus vorgegebenen Stilformen wie z.B. „Ball aerobic“ oder „Dubble-Dutch“ <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reproduktion, Komposition, Improvisation 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbst- und Fremdbeobachtung mittels Beobachtungsbögen • Einzel- oder Gruppenarbeit: Entwicklung einer Bewegungsgestaltung mit Ball oder Seil • Sichten einer Komposition (z.B. aus dem Musical High Scholl Musical) als Übergang vom Nach- zum Neugestalten <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arbeitsteilige Gruppenarbeit • Beobachtungsbogen 	<p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Orientierung z.B. an Formen und Handhabungsmerkmalen/Techniken von Bereichen wie „Ball aerobic“ oder „Dubble- Dutch“ <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reproduktion • Komposition • Improvisation 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungswille • Selbst- und Mitverantwortung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Bewegungsgestaltung mit Ball oder Seil allein oder in der Gruppe <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Kreativität, Ideenreichtum – Schwierigkeitsgrad der Bewegungsmotive – Verhalten zur und in der Gruppe (z.B. Synchronität) – Technische Ausführung (Bewegungsqualität)

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.7	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	<i>A, E</i>	<i>7</i>	<i>8</i>		<i>34</i>

Thema des UV: *Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen – einfache VB Grundsituationen mit dem Volley-Softball erarbeiten*

Kompetenzerwartungen: *BWK 1 MK 2 UK 1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-kordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (1)

Methodenkompetenz:

- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden (2)

Urteilskompetenz:

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: *a2, a3, e1, e2*

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Kooperation und Konkurrenz(e)

- Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)
- soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen Sportspiele

**Thema des UV 7.7: „Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen - einfache Grundsituationen mit dem Volleysoftball erarbeiten“
(8 Stunden)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Spiel miteinander hat Vorrang vor Wettkampfgedanke mit Intention/Bedeutung: Spielfluss und Dauer der Spielhandlung, • Mit einem leichten, langsam fliegenden Ball vom Ball über die Schnur zum „Beach-VB Gedanken“ (Partnerspiel) auf halbem Badmintonfeld <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsmerkmale • Kooperation und Konkurrenz • Regelwerk 	<ul style="list-style-type: none"> • Methodische Spielreihe • Methodische Übungsreihen <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit • Taktik: Möglichkeiten der Raumaufteilung zu zweit • Individuelle Taktik • Bildreihen zu den VB-Techniken 	<p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Oberes Zuspiel in der Grobform • Unteres Zuspiel in der Grobform • Aufschlag von unten in Grobform • Grundlegende Partner und Einzeltaktik (Raumaufteilung, hohes Zuspiel, ständige Ballbeobachtung und Orientierung zum Ball, Zuruf) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pritschen, Baggern, Aufschlag von unten • Ball über die Schnur • Zählweise 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperationsfähigkeit • Selbstständigkeit (Auf- und Abbau, pfleglicher Umgang mit dem Ball) <p>punktuell:</p> <p>Pritschen als Partnerübung über das Netz (mindestens 8 Ballkontakte)</p> <p>5 Aufschläge von unten über das Netz aus der Spielfeldmitte</p>

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7.8	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	<i>A, E</i>	<i>7</i>	<i>8</i>		<i>38</i>

Thema des UV: *Ich kann im Team spielen – Spielen eines Torschussspiels unter komplexeren Bedingungen*

Kompetenzerwartungen: *BWK 1, 2, MK 1, 2, UK 1, 2*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (1)
- das jeweils ausgewählte große Mannschafts- und Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern (2)

Methodenkompetenz:

- Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern (1)
- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden (2)

Urteilskompetenz:

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen (1)
- den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen (2)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: *a2, a3, e1, e2, e3*

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Kooperation und Konkurrenz(e)

- **Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**
- **soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)**
- **(Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (3)**

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen Sportspiele

Thema des UV 7.8: „Ich kann im Team spielen – Spielen eines Torschussspiels unter komplexeren Bedingungen“ (8 Stunden)

Restriktion: Handball nur in einem Hallendrittel

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Spiel gegeneinander im vereinfachten HB-Spiel im 4:4 auf dem Kleinfeld • Positionsgebundenes HB-Spiel • Einbeziehung einer genaueren Auslegung des Regelwerkes <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spiel- und Bewegungsmerkmale • Konkurrenz • Regelwerk 	<ul style="list-style-type: none"> • Methodische Spielreihe • Methodische Übungsreihen <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit • Bildreihen zu ausgewählten HB-Techniken, z.B. Sprungwurf • Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern • Bewegungsbeschreibungen als Grundlage gegenseitiger Schülerbeobachtungen • Schiedsrichtertätigkeit: Leitung eines HB-Spiels unter Beachtung eingeführter Regeln • Erklärung spieltaktischen Verhaltens auf einem Spielbrett 	<p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sprungwurf • Spiel 1:1 - Finte (Rechts-Links-Antäuschen) • Angriffs-/Abwehrverhalten - Angriff 3:1 - Abwehr 4:0 <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Finte • Wechsel • Blocken • Sportartspezifische Begrifflichkeiten des Regelwerkes mit SR-Handzeichen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperationsfähigkeit • Anstrengungsbereitschaft • Selbstständigkeit (z.B. Mannschaftsbildung) • Selbstverantwortung (Zusammenstellen von Spielgruppen) <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technik des Sprungwurfes - jeweils 3 Würfe aus der vereinzelt Bewegung - situative Nutzung im Spiel • 3 Versuche im Spiel 1:1 mit anschl. Torschuss • Positionsbezogenes Spiel in Abwehr und Angriff - Angriffsspiel 3:1 mit Wechsel - Abwehrverhalten

<i>Bewegungsfeld/Sportbereich: 8.3</i>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Gleiten, fahren, rollen - Rollsport, Bootssport, Wintersport</i>	<i>A, C, F</i>	<i>7</i>	<i>8</i>		<i>33</i>

Thema des UV: Ein Tag im Ski-Langlaufgebiet Schmollenberg-Westfeld

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 8.1, 9 BWK 8.2, 9 MK 8.1, 9 UK 8.1, 9 UK 8.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Wahrnehmung der Auswirkungen und Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale erläutern. (1)*
- *technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheits- und geländeangepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben und Möglichkeiten der Bewegungshilfe und Bewegungssicherung erläutern. (2)*

Methodenkompetenz:

- *beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen, Ruderkommandos, Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden. (1)*

Urteilskompetenz:

- *die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen. (1)*
- *Sinnzusammenhänge beim Gleiten oder Fahren oder Rollen in (z. B. als Freizeit- und Naturerlebnis, als Gruppenerlebnis, als Bewegungsgestaltung sowie unter Leistungs- bzw. Wagnisaspekten) unterscheiden und beurteilen. (2)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, c 2, f 1, f 2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)**

Wagnis und Verantwortung (c)

- **Emotionen (z. B. Freude, Frustration, Angst) (2)**

Gesundheit (f)

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)
- grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport

Thema des UV 8.3: „Ein Tag im Skilanglaufgebiet Schmallenberg-Westfeld“ (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Wintersportliches <i>Gemeinschaftserlebnis</i> • Fortführung des Kennenlernens einer wintersportlichen Aktivität, um dem Schüler gemäße Arten des Sich-Bewegens anzubieten und im eigenen Sporttreiben befriedigend zu verwirklichen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsmerkmale • Bewegungserfahrung • Organisations- und Sicherheitsvereinbarung • Laufausdauer • umweltgerechtes Verhalten im Gelände 	<ul style="list-style-type: none"> • Vorgelagertes Gleichgewichtstraining • Methodische Übungsreihe • Üben und Festigen durch Bewegungsaufgaben, Spiele und Staffeln <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gleichgewichtsverlagerung • Partnerarbeit/Gruppenarbeit • verbale und nonverbale Kommunikationsformen 	<p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gewöhnung an die Langlaufski • Vorwärtslauf im Diagonalschritt • Selbstinitiiertes Bremsen • Richtiges Fallen und Aufstehen • Richtungsänderungen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Klassische Technik • Diagonalschritt • Bogengehen und Bogentreten • Doppelstockschub • Doppelstockschub mit Zwischenschritt • Schussfahren • Pflugbogen und Pflugbremsen • Grätenschritt 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Koordinationsfähigkeit • Kooperationsfähigkeit • Selbstverantwortung

Bewegungsfeld/Sportbereich: 9.3	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
Ringens und Kämpfen - Zweikampfsport	<i>A, C, E</i>	<i>8</i>	<i>6</i>		<i>41</i>

Thema des UV: Halte- und Befreiungstechniken kennenlernen

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 9.1, 9 BWK 9.2, 9 MK 9.1, 9 UK 9.1, 9 UK 9.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *grundlegende technisch- koordinative Fertigkeiten (z. B. Techniken zum Fallen, Halten und Befreien) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z. B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und in ihrer Funktion erläutern. (1)*
- *mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen. (2)*

Methodenkompetenz:

- *Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten. (1)*

Urteilskompetenz:

- *die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen. (1)*
- *Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen. (2)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, c 1, c 2, c 3, e 1

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**

Wagnis und Verantwortung (c)

- **Spannung und Risiko (1)**
- **Emotionen (z. B. Freude, Frustration, Angst) (2)**
- **Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung) (3)**

Kooperation und Konkurrenz (e)

- **Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

Thema des UV 9.3: „Halte- und Befreiungstechniken kennenlernen“

(6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • regelbewusstes Kämpfen als Gelegenheit für die Kinder, wichtige soziale Erfahrungen zu machen, Vertrauen in die eigenen Kräfte entwickeln und ihr Bewegungsrepertoire erweitern • spielerischer regelgeleiteter Aspekt der körperlichen und körpernahen Auseinandersetzung • durch Regeln geschütztes Erleben eines freundschaftlichen, rücksichtsvollen und spaßbetonten Ringens und Kräftemessens • Kooperieren, wettkämpfen, sich verständigen • Etwas wagen und verantworten <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation, Rücksichtnahme, gegenseitige Hilfe, Verantwortung für den Partner • (Selbsterstellte) Regeln und Rituale: z. B.: Stopp - Regel • Sicherheit 	<ul style="list-style-type: none"> • Ringkämpfe mit Körperkontakt <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit • Vom Miteinander zum Gegeneinander 	<p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körperkontaktspiele - Zieh- und Schiebewettkämpfe • Haltegriffe üben und in der Kampfsituation anwenden • Befreiungstechnik üben und in der Kampfsituation anwenden <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stopp-Regel • Körperliche Unversehrtheit • Körperspannung • Gleichgewicht • Körperlage • Drei- und Vierpunkte-Haltegriffe • Haltestrategien - z.B. Schärpengriff (Kesa Gatame) • Befreiungstechniken - z.B. Befreien aus Mune-Gatame 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperationsfähigkeit, Rücksichtnahme (insbes. gegenüber dem Schwächeren), gegenseitige Hilfe • Akzeptanz von Niederlagen • Umgang mit Siegen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zweikampf 1:1 mit Anwendung erlernter Haltestrategien sowie Befreiungstechniken • Beschreibung der relevanten Merkmale von Halte- und Befreiungstechniken, z.B. Armhaltung, Beineinsatz, Oberkörpereinsatz