



# SPORT

Schulinterner Lehrplan der Realschule Heiligenhaus

## Inhalt

1	Rahmenbedingungen der fachliche Arbeit.....	8
2	Grundsätze der Unterrichtsorganisation.....	12
	Übersicht Jahrgangsstufe 5 – Obligatorik: ca. 52 Stunden.....	14
	UV 5.....	14
	UV 9.....	15
	UV 10.....	16
	Übersicht Jahrgangsstufe 6 – Obligatorik: ca. 52 Stunden.....	16
	UV 11.....	16
	SuS können .....	16
	UV 12.....	16
	UV 16.....	16
	UV 18.....	17
	UV 23.....	17
	UV 24.....	17
	UV 25.....	18
	Übersicht Jahrgangsstufe 7 – Obligatorik: ca. 52 Stunden.....	19
	UV 26.....	19
	UV 27.....	19
	UV 28.....	19
	UV 29.....	20
	UV 30.....	20
	UV 31.....	20
	UV 32.....	20
	UV 34.....	21
	UV 35.....	21
	Übersicht Jahrgangsstufe 8 – Obligatorik: ca. 52 Stunden.....	22
	UV 36.....	22
	UV 37.....	22
	UV 38.....	22
	UV 39.....	22
	UV 40.....	22
	UV 41.....	23
	UV 42.....	23
	UV 43.....	23

Übersicht Jahrgangsstufe 9 – Obligatorik: ca. 52 Stunden.....	24
UV 44.....	24
UV 45.....	24
UV 46.....	24
UV 47.....	24
UV 48.....	25
UV 49.....	25
UV 50.....	25
UV 51.....	25
Übersicht Jahrgangsstufe 10 – Obligatorik: ca. 48 Stunden.....	26
UV 52.....	26
UV 53.....	26
UV 54.....	26
UV 55.....	26
UV 56.....	26
UV 57.....	27
UV 58.....	27
UV 60.....	27
UV 61.....	28
Bewegungsfeld/Sportbereich 1: .....	30
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (44 Std.) .....	30
Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte.....	30
UV 1.....	30
UV 14.....	30
UV 24.....	30
UV 25.....	30
UV 26.....	30
UV 36.....	30
UV 44.....	30
UV 52.....	30
Bewegungsfeld 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen (44 Std.) Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte.....	31
UV 3.....	31
Systematisch und strukturiert spielen lernen - grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeit in Kleinen Spielen anwenden .....	31
UV 15.....	31

UV 45 .....	31
UV 54 .....	31
Bewegungsfeld/Sportbereich 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (63 Std.) Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte .....	32
UV 4 .....	32
UV 9 .....	32
UV 10 .....	32
UV 29 .....	32
UV 35 .....	32
UV 37 .....	32
UV 38 .....	32
UV 50 .....	32
UV 51 .....	32
UV 53 .....	32
UV 61 .....	32
Bewegungsfeld 4: Bewegen im Wasser - Schwimmen (64 Std.) .....	33
Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte .....	33
UV 11 .....	33
Wassergewöhnung/ Sicherheitsaspekte im Schwimmbad .....	33
UV 12 .....	33
Kunststücke im Wasser – grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen .....	33
UV 13 .....	33
Erlernen der Grobform (später Feinform) einer Lage: Brustschwimmen .....	33
UV 14 .....	33
Erlernen der Grobform (später Feinform) einer Lage: Kraulen .....	33
UV 15 .....	33
Erlernen des Startsprungs vom Beckenrand/ Startblock .....	33
UV 16 .....	33
UV 17 .....	33
UV 18 .....	33
UV 19 .....	33
UV 20 .....	33
UV 21 .....	33
UV 22 .....	33
UV 23 .....	33

UV 24.....	33
UV 25.....	33
Bewegungsfeld/Sportbereich 5: Bewegen an Geräten - Turnen (60 Std.) Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte.....	34
UV 2.....	34
UV 6.....	34
UV 27.....	34
UV 28.....	34
UV 40.....	34
UV 56.....	34
Bewegungsfeld/Sportbereich 6: .....	35
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste (62 Std.) .....	35
Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte.....	35
UV 5.....	35
UV 30.....	35
UV 31.....	35
UV 34.....	35
UV 41.....	35
UV 46.....	35
UV 60.....	35
Bewegungsfeld/Sportbereich 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (74 Std.) .....	36
Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte.....	36
UV 8.....	36
UV 32.....	36
UV 42.....	36
UV 47.....	36
UV 49.....	36
UV 55.....	36
UV 58.....	36
UV 50.....	36
Bewegungsfeld/Sportbereich 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport (41 Std.) .....	37
Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte.....	37
UV 28.....	37
UV 36.....	37
UV 51.....	37

UV 59 .....	37
UV67 .....	37
Bewegungsfeld/Sportbereich 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport (40 Std.) .....	38
Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte .....	38
UV 7 .....	38
UV 26 .....	38
UV 33 .....	38
UV 43 .....	38
UV 48 .....	38
UV 57 .....	38
<b>3</b> Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung .....	39
<b>4</b> Qualitätssicherung und Evaluation .....	40
Evaluation des schulinternen Lehrplans .....	41

## Symbole



Außerschulischer Lernort




Berufsorientierung



Inklusion



Landesprogramm  
Bildung und Gesundheit

 Landesprogramm  
NRW  
Kultur und Schule

Ministerium für Familie, Kinder,  
Jugend, Kultur und Sport  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Landesprogramm  
Kultur und Schule



Unser Leitbild



Medienerziehung



UNESCO-Projektschule

# 1 Rahmenbedingungen der fachliche Arbeit

Der vorliegende schulinterne Lehrplan Sport orientiert sich am Kernlehrplan für die Realschule in Nordrhein-Westfalen - Sport, herausgegeben vom Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen aus dem Jahre 2013.

Die Realschule hat zurzeit 530 Schüler/innen und ist drei- bis vierzünftig. Es werden sowohl DaZ Schüler/innen als auch inklusive Schüler/innen unterrichtet. Der Sportunterricht findet in 90 Minuten-Einheiten (Doppelstunden) statt. Die Sportunterrichtsstunden liegen überwiegend im Vormittagsbereich, in den höheren Klassen aber auch nachmittags.

Die Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufe 5 und 6 haben über den regulären Sportunterricht hinaus die Möglichkeit am offenen Ganztagsangebot teilzunehmen. Dieses Ganztagsangebot beinhaltet auch Sportangebote und wird in Absprache mit dem Kooperationspartner „Interaktiv e.V.“ angeboten. Des Weiteren gibt es Arbeitsgemeinschaften, die von Lehrer/innen, zum Teil von Sozialpädagogen, geleitet werden.

## 1.1 Sportstättenangebot

Die schuleigene Sporthalle umfasst von der Größe ein Handballfeld. Sie ist mit Handballtoren, Basketballkörben und den Möglichkeiten des Aufbaus von Volleyballfeldern, Badmintonfeldern und einer Reckanlage ausgestattet. Hinzu kommen diverse Geräte für das Geräteturnen. Die Schule verfügt über ausreichend Ball- und Spielmaterialien.

Die Halle kann immer nur von einer Klasse pro Doppelstunde genutzt werden. Es gibt keine Zuschauertribünen oder Möglichkeiten des Aufbaus dazu.

Die Nutzung der örtlichen Außensportanlage „Talburg“ ist nur eingeschränkt in den Randstunden möglich, da sie zu weit entfernt gelegen ist, wird aber zur Durchführung von Sportfesten jeglicher Art genutzt. Im unmittelbaren Außenbereich der schuleigenen Halle befinden sich Tischtennisplatten, Basketballkörbe und eine Boulder-Kletterwand.

Das Umfeld der Schule bietet die Nutzung eines städtischen Hallenbades an zwei Vormittagen zu je einer Zeitstunde pro Woche für die Jahrgangsstufe 6.

Zur teilweisen Abdeckung der leichtathletischen Disziplinen bietet sich das fußläufig gelegene Waldgebiet (Vogelsangbachtal, Abtskücher Stauteich) an.

## 1.2 Beitrag zur Erreichung der Erziehungsziele der Schule

Die Schule ist sich der Verantwortung gegenüber den ihr anvertrauten Schüler/innen bewusst. In diesem Sinne erzieht sie die Schüler/innen zur Achtung vor der Würde des Menschen und zur Bereitschaft zum sozialen Handeln. Unsere Schule stellt sich den Erfordernissen einer sich ständig wandelnden Gegenwart, um diese und eine gemeinsame Zukunft gestalten zu können.

Der Sportunterricht greift die vielfältigen Lebensweltbezüge der Kinder und Jugendlichen auf, entfaltet von diesen ausgehend seine pädagogisch bedeutsamen Wirkungen und leistet so einen Beitrag zur ganzheitlichen Bildungsförderung. So bietet es sich an, die Unterrichtsvorhaben parallel zu Weltmeisterschaften und Olympischen Spielen stattfinden zu lassen.

Im Sportunterricht bieten sich in besonderem Maße Möglichkeiten an, die Schüler zur Beteiligung (z.B. Mitspracherecht bei der Auswahl der Methode und teilweise auch der Schwerpunkte innerhalb der einzelnen Unterrichtsvorhaben etc.) und zur Übernahme von Verantwortung (z.B. Schüler als Hilfestellung, Schiedsrichter, Organisationshelfer, etc.) zu erziehen.

Durch ihr Schulsportkonzept unterstützt die Fachkonferenz Sport die Leitideen und Konzepte der Unterrichts- und Erziehungsarbeit der UNESCO Realschule in besonderer Weise.

### 1.2.1 Individuelle Förderung

Die Fachkonferenz vereinbart Maßnahmen zur Sicherung der Schwimmfähigkeit aller Schülerinnen und Schüler (vgl. Kapitel 1.3.1).

Im Rahmen des Ganztagsangebots sowie des außerunterrichtlichen Schulsports der Schule wird Schüler/innen ein vielfältiges zusätzliches Angebot zur individuellen Förderung gemacht (vgl. Kapitel 1.3.2).

Die Individualisierung des Sportunterrichts, sowie die Berücksichtigung unterschiedlicher Lernausgangslagen und individueller Möglichkeiten und Bedürfnisse der Schüler finden bereits während der Planungsphase, beispielweise durch Schülerbeteiligung bei der Wahl der Inhalte





statt. Dabei können auch unterschiedliche Zielbestimmungen und unterschiedliche Perspektiven auf den Sport (Gesundheitsorientierung/Leistungsorientierung) eine Rolle spielen.

Des Weiteren differenziert sich der Sportunterricht mit Hilfe von Methodenvielfalt (Lernvideos, Stationslernen, Traineraufgaben, etc.) sowie unterschiedlichen Lernhilfen (Hilfestellungen geben und annehmen, Hilfestellungen durch passendes Material etc., Berücksichtigung von Lerntempo und -geschwindigkeit), durch Gruppenbildungen, die Kooperationen ermöglichen und die unterschiedliche Ausprägung von Quantität und Qualität der Ausführungen.

Konkret kann das für leistungsschwächere Schüler bedeuten, dass sie beispielsweise durch Prinzipien der Erleichterung der Übung selbst und der Übungsbedingungen (z.B. Einsatz von Vorübungen, Hilfsübungen, Einsatz von Lernhilfen, Geländehilfen, Gerätehilfen) ihr Ziel erreichen, dabei aber später ins Ziel kommen, geringere Wiederholungszahlen haben oder eine einfachere technische Variante nutzen.

Für leistungsstärkere Schüler werden Anreize geboten, bessere Zeiten, höhere Wiederholungszahlen oder bessere Bewegungsausführungen zu erreichen, Hilfestellungen zu geben oder Traineraufgaben zu übernehmen.

Dabei können die Übungsbedingungen, wie z.B. Gerätehöhe, Spielfeldgröße, Netzhöhe, Gelände- und Gerätehilfen (Absprunghilfen, bewegliche oder feste Hindernisse, etc.), die Übungen an sich (durch systematische Erleichterung oder Erschwerung der Übung) als auch die Regelbestimmungen angepasst werden. Zur Unterstützung konsequenter Lernvorgänge (z.B. bei Fitness-, Ausdauer-, und Krafttraining) können Hausaufgabenprogramme angeboten werden.



### 1.2.2 Gesunde Schule – Bewegte Schule

Der Sportunterricht repräsentiert in besonderer Weise den Bereich 3 („Gesundheit und Wohlergehen“) der UNESCO-Bildungsagenda 2030.

Zusätzlich zum regulären Sportunterricht und dem AG-Angebot ist der Pausensport unter der Organisation und Verwaltung von Lehrern und ausgewählten Schülern fester Bestandteil des Schullebens.

Die Schule führt in regelmäßigen Abständen einen Sponsorenlauf und Sporttage durch.

Sportveranstaltungen, wie die Teilnahme an Wettkämpfen zu unterschiedlichen Sportarten, finden bei entsprechender Teilnehmerzahl ebenfalls statt.



### 1.2.3 Gendermainstreaming - Reflexive Koedukation

Mädchen und Jungen werden im Fach Sport in allen Jahrgangsstufen gemeinsam unterrichtet. Die angemessene Berücksichtigung beider Geschlechter und die Verpflichtung gegenüber dem Ziel der Geschlechtergerechtigkeit sind die Basis des Unterrichts und spiegeln den Bereich 5 („Geschlechtergleichheit“) der UNESCO-Bildungsagenda 2030 wider. Mädchen wie Jungen sollen bei der optimalen Entfaltung ihrer Entwicklungspotenziale im Sportunterricht unterstützt werden.

Die Verpflichtung zu einem mehrperspektivischen Sportunterricht impliziert, dass in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen auch sogenannte männliche und weibliche Sportarten gleichermaßen thematisiert werden. Im Sinne einer reflexiven Koedukation werden beiden Geschlechtern reflektierte Erfahrungen und Lernprozesse ermöglicht.

Die Sportlehrkräfte wechseln alters- und themenangemessen zwischen geschlechtergemischten und geschlechterhomogenen Gruppen und beteiligen Schüler/innen an den Gruppenbildungsprozessen.



### 1.2.4 Interkulturelles Lernen und interkulturelle Verständigung

In der Gestaltung des Schulsports findet sich der UNESCO-Gedanke, hier durch den Bereich 16 („Frieden, Recht und starke Institutionen“) in besonderem Maße wieder.

Ausgehend von der kulturellen, sozialen und individuellen Vielfalt der Lebenswelt eröffnet der Schulsport besondere Lerngelegenheiten für Schüler/innen, sich mit Verschiedenheit auseinanderzusetzen, sie zu akzeptieren und Vielfalt als Chance



zu sehen. Die Fachkonferenz Sport nimmt zur Unterstützung des Auftrags des interkulturellen Lernens einen Sportbereich besonders in den Blick. Im Bereich „Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen“ lernen Schüler/innen im Sinne des Kernlehrplans Spiele aus anderen Kulturen kennen, setzen sich mit den entsprechenden Regeln und Spielbedingungen kritisch auseinander und können die Spiele situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen.

### **1.2.5 Fächerübergreifender Unterricht**

Die Fachkonferenz Sport regt zu Kooperationen z.B. mit der Fachgruppe Biologie an. Fächerübergreifende Unterrichtsvorhaben zur Gesundheitserziehung (z.B. Gesundes Heben, Sitzen, Tragen).

### **1.2.6 Inklusiver Sportunterricht**

Die Kompetenzerwartungen für die Schüler\*innen, die zieldifferent unterrichtet werden, orientieren sich an dem jeweiligen individuellen Förderplan. Die Inhalte entsprechen so weit wie möglich den vorgesehenen Unterrichtsvorhaben und werden didaktisch-methodisch reduziert.



## **1.3 Fachspezifische Ziele und Schwerpunkte der Fachgruppenarbeit**

Die Fachkonferenz sieht durch Bewegung, Spiel und Sport einen spezifischen Beitrag des Faches Sport zur Persönlichkeitsentwicklung der Schüler/innen.

Zur Entwicklung und Förderung der Schüler/innenpersönlichkeiten leistet die Fachschaft Sport durch die Mitgestaltung des Schulsportprogramms einen bedeutsamen Beitrag, der dem Bildungs- und Erziehungsauftrag einer bewegungsfreudigen und gesunden Schule gerecht wird. Über den Pflichtunterricht hinaus fördert die Schule durch ein vielfältiges Angebot (AGs, Ganztagsangebote für die Jahrgangsstufen 5 und 6, sowie Sportveranstaltungen innerhalb der Stadt Heiligenhaus) die Motivation zum lebenslänglichen Sporttreiben.

### **1.3.1 Nichtschwimmer/innen**

Schwimmen können ist ein wichtiger Bestandteil unserer Kultur. Schwimmen lernen und Schwimmen können bedeutet nicht nur die Fähigkeit, sich und andere vor dem Ertrinken zu bewahren, sondern bedeutet insbesondere auch den Zugang zu vielen Bewegungs- und Lebensbereichen (Urlaub am Meer oder am Badesee, Wassersport, Besuch im Schwimmbad).

Folgende Maßnahmen sollen dementsprechend die Schwimmfähigkeit der Schüler/innen sicherstellen:

- Der Schwimmunterricht kann aus organisatorischen Gründen (s.u.) nur in der Jahrgangsstufe 6 erteilt werden.
- Die Fachkonferenz vereinbart, dass möglichst alle Schüler/innen basierend auf den Kompetenzerwartungen in der Lage sind, bis zum Ende der Jahrgangsstufe 6 das Schwimmabzeichen in Bronze oder Silber zu erwerben.
- Zu Beginn der Jahrgangsstufe 6 findet eine Überprüfung der Schwimmfähigkeit der Schüler/innen statt. Allen Nichtschwimmer/innen und unsicheren Schwimmer/innen wird mittels eines Anschreibens an die Eltern die Teilnahme an einem Schwimmkurs des örtlichen Schwimmvereins dringend empfohlen.

Eine besondere Problematik stellt die Verfügbarkeit der Wasserzeiten dar. Nur bei ausreichenden Badzeiten können die Unterrichtsvorhaben und die Fördermaßnahmen umgesetzt werden. Die Fachkonferenz stellt entsprechend der Anzahl der im Schwimmen zu unterrichtenden Klassen und der Förderbedarfe die Hallenzeitanträge jährlich an das Sportamt der Stadt Heiligenhaus. Die Fachschaft Sport informiert die Schulleitung und erwartet eine entsprechende Unterstützung.

### **1.3.2 Bewegung, Spiel und Sport im Ganztag**

Im Rahmen des Ganztagsangebots sowie des außerunterrichtlichen Schulsports der Schule wird Schüler/innen ein vielfältiges zusätzliches Angebot zur individuellen Förderung gemacht.

Die Kooperationsvereinbarung mit „Interaktiv e.V.“ sieht ein täglich (Mo. bis Do.) stattfindendes offenes Spiel- und Sportangebot vor. Neben der Möglichkeit des Tischtennispielens besteht für die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit sich verschiedene Spiel- und Sportgeräte auszuleihen und auf dem Schulhof zu nutzen. Die Schule stellt mit der Unterstützung des Fördervereins entsprechendes Spielmaterial zur Verfügung.



## 2 Grundsätze der Unterrichtsorganisation

Der Sportunterricht wird abweichend von der verbindlichen Stundentafel in der unten aufgeführten Verteilung erteilt:

- Regelunterricht der Klassen 5 - 10: 2-stündig
- Der Unterricht wird in Doppelstunden erteilt

Der Sportunterricht wird durchgängig koedukativ und integrativ (DaZ und Inklusion) erteilt.

Der Schwimmunterricht wird nur in der Jahrgangsstufe 6 erteilt.

### 2.1 Obligatorik und Freiraum

Der gesamte laut Stundentafel erteilte Sportunterricht ist darauf ausgerichtet, die umfassende Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport zu erreichen. Hierzu dient sowohl die in Form der Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans differenziert ausgewiesene Obligatorik (ca. zwei Drittel der Stunden), als auch der durch die Fachkonferenz auf die spezifischen Voraussetzungen, Bedingungen und das sportlichen Leitbild der Schule passgenau abgestimmte Freiraum (ca. ein Drittel der Stunden). Obligatorik und Freiraum unterliegen dabei gleichermaßen den Rahmenvorgaben für den Schulsport und damit dem Doppelauftrag und der Verpflichtung zu erziehendem Sportunterricht. Während die Obligatorik die unverzichtbare, standardisierte Grundlage bildet, soll der Unterricht im Freiraum auf die individuellen, lerngruppenbezogenen und schulspezifischen Bedingungen und Ziele im Sportunterricht ausgerichtet sein und so den Kompetenzerwerb vertiefen und erweitern.

Da Handball oder Basketball als verbindliches Mannschaftsspiel und Badminton als verbindliches Partnerspiel im Rahmen der Obligatorik festgelegt werden, soll die Handlungskompetenz in diesem Bewegungsfeld erweitert werden, indem in einem Teil des Freiraums weitere große Spiele und das ergänzende Partnerspiel Tischtennis thematisiert werden.

Weiterhin soll der Freiraum genutzt werden, um aktuelle pädagogische Bedarfe (besonders genderbezogene und kooperative Themen im Sport) und spezifische Interessen der konkreten Lerngruppen zeitnah zu berücksichtigen.

## 2.2 Zuordnung obligatorischer Unterrichtsvorhaben in den Jahrgangsstufen 5 - 10

Die Fachschaft Sport hat für alle Jahrgangsstufen sowie für alle Bewegungsfelder und Sportbereiche Unterrichtsvorhaben entwickelt, die einen kontinuierlichen und vertieften Aufbau von Bewegungs- und Wahrnehmungs- (BWK), Methoden- (MK) und Urteilskompetenz (UK) vor dem Hintergrund inhaltlicher Schwerpunkte aus den Inhaltsfeldern ermöglichen.

Im Folgenden werden die Übersichten der Jahrgangsstufen dargestellt, welche die Dauer des Unterrichtsvorhabens und die Zuordnung zu den vorgegebenen Kompetenzerwartungen verdeutlichen.

Die Zuordnung der Unterrichtsvorhaben zu den Inhaltsfeldern und den konkreten inhaltlichen Schwerpunkte werden in der Übersicht zu den Bewegungsfeldern dargestellt.

Die unterschiedlichen Farben markieren die einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche, die dem jeweiligen Unterrichtsvorhaben zu Grunde liegen:

Das Bewegungsfeld 8 kann aufgrund der geographischen Gegebenheiten und der Ausstattung der Sporthalle nicht regelmäßig umgesetzt werden. Stattdessen regt die Fachschaft an mit den Klassen an den Wandertagen z.B. Schlittschuh laufen und Wasserski fahren zu gehen.

1.	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen
2.	Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen
3.	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik
4.	Bewegen im Wasser - Schwimmen
5.	Bewegen an Geräten - Turnen
6.	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste
7.	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele
8.	Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport
9.	Ringern und Kämpfen - Zweikampfsport

## Übersicht Jahrgangsstufe 5 – Obligatorik: ca. 52 Stunden

UV 1	Sich zusammen anstrengen und Spaß haben – Bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele spielen als Anlass für die Beobachtung und Reflexion von Belastungssituationen	ca. Std. 6
SuS können	ihre Leistungsfähigkeit (z. B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungs-voraussetzungen in ausgewählten sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen und grundlegend beschreiben. <b>(BWK)</b>	
UV 2	Wir überwinden Hindernisse kreativ und sicher	ca. 4 Std.
SuS können	an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- oder Hilfestellungen sachgerecht ausführen. <b>(BWK)</b> Aufgaben im Unterrichtsprozess selbstständig übernehmen, sich eigenständig Stationen ausdenken und kreativ überwinden. <b>(MK)</b>	
UV 3	Systematisch und strukturiert spielen lernen - grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeit in Kleinen Spielen anwenden	ca. Std. 6
SuS können	grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in Kleinen Spielen situationsgerecht anwenden. <b>(BWK)</b> einfache Bewegungsspiele, Spiele im Gelände, sowie Pausenspiele fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Gelingensbedingungen des Spiels benennen. <b>(BWK)</b> einfache Spiele unter unterschiedlichen Rahmenbedingungen (z. B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, durchführen und verändern. <b>(MK)</b> das eigene Spielverhalten an Hand vorgegebener Kriterien (z.B. Einhaltung von Spielregeln, Sicherheitsaspekte) beurteilen. <b>(UK)</b>	
UV 4	Wir laufen über Stock und Stein – Vielfältige Möglichkeiten des Laufens und Hindernisse-Überwindens im Freien und in der Halle erfahren und anwenden.	ca. Std. 6
SuS können	grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden. <b>(BWK)</b> leichtathletische Disziplinen (u. a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigniveau individuell oder teamorientiert ausführen. <b>(BWK)</b> leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen und grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden. <b>(MK)</b> Zusammenhänge zwischen Lauftempo und wahrgenommenen Körperreaktionen bei einer Ausdauerleistung beurteilen. <b>(UK)</b>	
UV 5	Laufen, Hüpfen und Springen - einfache technisch- koordinative Grundformen in ästhetisch-gestalterischen Aufgabenstellungen anwenden sowie in Kombination mit ausgewählten Handgeräten nutzen	ca. Std. 4

SuS können	<p>Technisch-kordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät (z.B. Ball, Reifen, Seil) bzw. mit Klang- und Rhythmusinstrumenten ausführen und grundlegend beschreiben. <b>(BWK)</b></p> <p>grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung, Synchronität von Körper/ Musik und Partner) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (z. B. Gymnastik, Tanz, Pantomime) allein oder in der Gruppe in Ansätzen anwenden. <b>(BWK)</b></p> <p>durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen. <b>(MK)</b></p> <p>einfache ästhetisch- gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z. B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen) entwickeln und präsentieren. <b>(MK)</b></p> <p>einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten.<b>(UK)</b></p>	
UV 6	Balancieren Stützen, Rollen und Co. – grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten spielerisch erfahren und in einer Gerätelandschaft erproben.	ca. Std. 4
SuS können	<p>eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten. <b>(BWK)</b></p> <p>technisch-kordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z. B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben. <b>(BWK)</b></p> <p>Geräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen. <b>(MK)</b></p> <p>grundlegende Aspekte sicherheitsgerechten Verhaltens und des Helfens und Sicherns beschreiben und im Unterrichtsprozess einhalten sowie einfache Helferhandlungen ausführen. <b>(MK)</b></p> <p>Geräteaufbauten und turnerische Übungssituationen unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen.<b>(UK)</b></p>	
UV 7	Siegen ohne gewinnen zu müssen – Bodenkämpfe mit und gegen eine Partnerin/ einen Partner nach selbst entwickelten Regeln fair und sicher durchführen	ca. Std. 4
SuS können	<p>normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen, sich dabei auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen. <b>(BWK)</b></p> <p>grundlegende Regeln entwickeln und in Kampfsituationen anwenden. <b>(MK)</b></p> <p>einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten. <b>(UK)</b></p>	
UV 8	Ich kann im Team mit- und gegeneinander spielen! – einfache Aufgaben in Mannschaftsspielen taktisch sicher und regelgeleitet bewältigen	ca. Std. 6
SuS können	<p>in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in Grobform anwenden und benennen. <b>(BWK)</b></p> <p>sich in Spielsituationen gegenüber Mitspieler/innen und Gegner/innen fair verhalten und mannschaftsdienlich spielen. <b>(BWK)</b></p> <p>sich in einfachen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten <b>(BWK)</b></p> <p>ein großes Mannschaftsspiel in vereinfachter Form fair mit- und gegeneinander spielen. <b>(BWK)</b></p> <p>spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden. <b>(MK)</b></p> <p>einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und umsetzen. <b>(MK)</b></p> <p>grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktionen benennen <b>(MK)</b></p>	
UV 9	<b>Große Sprünge machen – Springen in seiner Vielfalt anwenden</b>	ca. Std. 6

SuS können	grundlegende technisch-kordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden. <b>(BWK)</b> leichtathletische Disziplinen (u. a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigniveauniveau individuell oder teamorientiert ausführen. <b>(BWK)</b> leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen und grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden. <b>(MK)</b> die eigene leichtathletische Leistung auf der Grundlage verabredeter Kriterien einschätzen und bewerten. <b>(UK)</b>
<b>UV 10</b>	<b>Weitwerfen...gar nicht so schwer – wie weites Werfen gelingen kann</b> ca. Std. 6
SuS können	grundlegende technisch-kordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden. <b>(BWK)</b> leichtathletische Disziplinen (u. a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigniveauniveau individuell oder teamorientiert ausführen. <b>(BWK)</b> leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen und grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden. <b>(MK)</b> die eigene leichtathletische Leistung auf der Grundlage verabredeter Kriterien einschätzen und bewerten. <b>(UK)</b>

### Übersicht Jahrgangsstufe 6 – Obligatorik: ca. 52 Stunden

<b>UV 11</b>	<b>Wassergewöhnung/ Sicherheitsaspekte im Schwimmbad</b>	ca. Std. 2
SuS können	Erspüren des Wasserwiderstandes (Unterschied zum Luftwiderstand), Atemübungen unter Wasser, Augen auf unter Wasser, Baderegeln im Schwimmbad einhalten, Hygiene beachten	
<b>UV 12</b>	<b>Kunststücke im Wasser – grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen</b>	ca. Std. 2
SuS können	das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern. <b>(BWK)</b> , Hechtschießen (Gleiten im Wasser, Abstoßen vom Beckenrand) einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten. <b>(MK)</b>	
<b>UV 13</b>	<b>Erlernen der Grobform (später Feinform) einer Lage: Brustschwimmen</b>	ca. Std. 6
SuS können	Armzug und Beinschlag mit/ohne Hilfsmittel, Atmung, Verbesserung der Koordination	
<b>UV 14</b>	<b>Erlernen der Grobform (später Feinform) einer Lage: Kraulen</b>	ca. Std. 6
SuS können	Armzug und Beinschlag mit/ohne Hilfsmittel, Atmung, Verbesserung der Koordination	
<b>UV 15</b>	<b>Erlernen des Startsprunges vom Beckenrand/ Startblock</b>	ca. Std. 2
SuS können	Können einen Kopfsprung vom Startblock ausführen, erkennen den Wettbewerbsvorteil eines Startsprunges	ca. Std. 2
<b>UV 16</b>	<b>"Hin und Her ohne Pause und Verschlucken", Bahnen schwimmen in Wettkampfformen</b>	ca. Std. 4



SuS können	in einer Schwimmtechnik ohne Unterbrechung einschließlich Startsprung 25/50m schwimmen <b>(BWK)</b> eine Schwimmtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und einfacher Form der Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen. <b>(BWK)</b>	
<b>UV 17</b>	Das Erlernen lagenspezifischer Wenden im Schwimmen	
<b>UV 18</b>	<b>Wasserspringen ohne Angst und Übermut! – durch vielfältige Sprünge seine Grenzen ausloten</b>	ca. Std. 2
SuS können	das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen, <b>Angst überwinden bei Sprüngen vom 1m, 3m und 5m Brett; gegenseitige Unterstützung bei Ermutigung und Korrektur (BWK, UK)</b> eigene Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen, Gefahreinschätzung <b>(UK)</b>	
UV 19	<b>Tauchen wie ein Fisch im Wasser! – sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen</b>	ca. Std. 4
SuS können	in einer Schwimmtechnik ohne Unterbrechung einschließlich Startsprung 25m schwimmen <b>(BWK)</b> das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen. <b>(BWK)</b> einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten. <b>(MK)</b> eigene Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen. <b>(UK)</b>	
UV 20	<b>Fit und leistungsstark – in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können</b>	ca. Std. 4
SuS können	eine Ausdauerleistung (ca. 10 - 15 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen. <b>(BWK)</b> realistisch die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen <b>(BWK)</b> eigene Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen. <b>(UK)</b>	
UV 21	<b>Von einem Ufer zum anderen – Schwimmender Transport von unterschiedlichen Gegenständen</b>	ca. Std. 2
SuS können	Gewichte und Gegenstände schwimmend transportieren und die Auswirkungen auf das Schwimmen erläutern. <b>(BWK)</b> eigene Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 22</b>	<b>Erlernen der Grobform (später Feinform) einer Lage: Rückenkräul</b>	ca. Std. 6
SuS können	Armzug und Beinschlag mit/ohne Hilfsmittel, Verbesserung der Koordination	
<b>UV 23</b>	<b>Sich selbst und andere retten können – Gefahren im Wasser sicher begegnen</b>	ca. Std. 4
SuS können	Gefahren erkennen, Maßnahmen zur Selbstrettung und einfache Formen der Fremdrettung anwenden. <b>(BWK)</b> die eigene Leistungsfähigkeit beim Schwimmen, Springen und Tauchen nach ausgewählten Kriterien (z. B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt, Sicherheitsaspekt) beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 24</b>	<b>„Ich will besser werden!“ – in Brust-, Kräul- und Rückenkräultechnik mit Start und Wende sicher schwimmen können</b>	ca. Std. 4

SuS können	technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und in der Rückenlage sicher anwenden. <b>(BWK)</b> eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimmtechniken beschreiben. <b>(BWK)</b>	
<b>UV 25</b>	<b>Tauchen – aber sicher! – Tauchtechniken weiterentwickeln und eine selbstgewählte Strecke sicher bewältigen</b>	<b>ca. Std. 4</b>
SuS können	nach dem Startsprung eine an individueller Leistungsfähigkeit orientierte, vorgegebene Tauchstrecke bewältigen. <b>(BWK)</b> Strategien zur Steuerung von eigenen Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden. <b>(MK)</b> die eigene Leistungsfähigkeit beim Schwimmen, Springen und Tauchen nach ausgewählten Kriterien (z. B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt, Sicherheitsaspekt) beurteilen. <b>(UK)</b>	


## Übersicht Jahrgangsstufe 7 – Obligatorik: ca. 52 Stunden


<b>UV 26</b>	<b>Sport ist so vielseitig! – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten</b>	<b>ca. Std. 4</b>
SuS können	sich funktional - allgemein und in Ansätzen sportartspezifisch - aufwärmen und dabei die Intensität des Prozesses wahrnehmen und steuern sowie entsprechende Prozesse grundlegend planen. <b>(BWK)</b> Elemente eines Aufwärmprozesses nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten. <b>(MK)</b> gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Verhaltensweisen grundlegend beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 27</b>	Wie im Zirkus - eine akrobatische Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren und bewerten.	c a . S t d . 6
SuS können	Eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Gestaltungs- und Ausführungskriterien nennen. <b>(BWK)</b> an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- oder Hilfestellungen sachgerecht ausführen. <b>(BWK)</b> Aufgaben im Unterrichtsprozess selbstständig übernehmen, sich aufgabenorientiert verständigen und zuverlässig unterstützen. <b>(MK)</b> die eigene Leistung und die Leistung anderer in Lern-, Übungs- und Gestaltungsprozessen nach verabredeten Kriterien einschätzen sowie eine Präsentation bewerten. <b>(UK)</b>	
<b>UV 28</b>	Miteinander turnen – Zusammen mit einem Partner bzw. einer Partnerin an einer Gerätekombination aus Matten, Reck, Kästen und Bänken fließend und sicher turnen.	<b>ca. Std. 6</b>
SuS können	grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Reck, Stufen –bzw. Parallelbarren, Balanciergerät, Sprunggerät) ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren. <b>(BWK)</b> Gerätebahnen und Gerätekombinationen unter Berücksichtigung von Möglichkeiten des Partnerbezugs (u. a. Synchronität) gemeinsam bewältigen. <b>(BWK)</b> den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbstständig organisieren und kooperativ durchführen. <b>(MK)</b> grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen beschreiben und situationsangemessen anwenden. <b>(MK)</b> Bewegungssituationen und Bewegungsarrangements im Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen. <b>(UK)</b> turnerische Präsentationen in Bezug auf den Schwierigkeitsgrad und die Umsetzung von Gestaltungsmerkmalen (u. a. Partnerbezug) beurteilen. <b>(UK)</b>	

<b>UV 29</b>	<b>Kennst du eins – kennst du alle? Spiele, Spiele, Spiele – versuche Spieltaktiken und Spieltechniken in verschiedenen Spielen anzuwenden</b>	<b>ca. Std. 6</b>
SuS können	ausgewählte, spielübergreifende technisch-kordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten in Kleinen Spielen situationsgerecht anwenden. <b>(BWK)</b> in unterschiedlichen Spielen im fairen Mit- und Gegeneinander nach vorgegebenen Kriterien technisch wie taktisch situationsgerecht handeln. <b>(BWK)</b> das eigene Spielverhalten (z. B. Fairness, Teamorientierung) in Spielsituationen beurteilen. <b>(UK)</b> Spiele hinsichtlich ihrer inhaltlichen Schwerpunkte (z. B. Spielregeln, Spielidee), und Ziele grundlegend beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 30</b>	<b>Hip-Hop, Breakdance und Co. - gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen</b>	<b>ca. Std. 6</b>
SuS können	ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens ausführen, kombinieren und als Ausgangspunkt für Bewegungsgestaltungen nutzen. <b>(BWK)</b> ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung, Synchronität von Körper/ Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen – auch in der Gruppe – anwenden und variieren. <b>(BWK)</b> Bewegungsgestaltungen (z. B. Paar- oder Gruppentänze, Fitnesschoreografien) in rhythmischen Strukturen zu Musik – auch in der Gruppe – umsetzen und präsentieren. <b>(BWK)</b> sich mit Partnerinnen und Partnern absprechen und gemeinsame Lösungen von komplexeren Gestaltungsaufgaben entwerfen, beschreiben und präsentieren. <b>(MK)</b> die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 31</b>	<b>Es fliegt was in der Luft – Grundlegende Jongliermuster und Jongliertricks mit Tüchern und Bällen (evtl. Ringen, Keulen, Diabolo) miteinander üben und variieren</b>	<b>ca. Std. 4</b>
SuS können	grundlegende Elemente der Bewegungskünste (z. B. Jonglieren, Bewegungstheater, Schwarzlicht- oder Schattentheater) allein oder mit Partnerinnen bzw. Partnern ausführen. <b>(BWK)</b> grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung, Synchronität von Körper/ Musik und Partner) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (z. B. Gymnastik, Tanz, Pantomime) allein oder in der Gruppe in Ansätzen anwenden. <b>(BWK)</b> durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen. <b>(MK)</b> einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten. <b>(UK)</b>	
<b>UV 32</b>	<b>Mit Hand und Köpfchen– Handball als Mannschaftsspiel in vereinfachter Form in Taktikvarianten fair mit- und gegeneinander spielen</b>	<b>ca. Std. 8</b>

SuS können	<p>in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen. <b>(BWK)</b></p> <p>Konflikte mit Mit- und Gegenspielern in Spielsituationen selbstständig lösen. <b>(BWK)</b></p> <p>sich in komplexen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten. <b>(BWK)</b></p> <p>das ausgewählte große Sportspiel fair, mannschaftsdienlich und regelgerecht spielen. <b>(BWK)</b></p> <p>Spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden. <b>(MK)</b></p> <p>grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und vereinbaren und die Folgen der Regelveränderungen erläutern. <b>(MK)</b></p> <p>Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen. <b>(MK)</b></p> <p>verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen. <b>(UK)</b></p>	
UV 33	<b>Werfen und fallen? Aber sicher! – die Partnerin/ den Partner aus dem Gleichgewicht bringen und zu Boden werfen, ohne sie/ihn zu verletzen</b>	ca. Std. 4
SuS können	<p>normungebunden und normgebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf individuelle Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen. <b>(BWK)</b></p> <p>durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von komplexen Techniken zum Erfolg verhelfen. <b>(MK)</b></p>	
UV 34	<b>Rope Skipping oder Gambol Jump – Bewegungskünste entwickeln und in einer Gruppe präsentieren</b>	ca. Std. 2
SuS können	<p>ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung, Synchronität von Körper/ Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen – auch in der Gruppe – anwenden und variieren. <b>(BWK)</b></p> <p>Objekte und Materialien für das ästhetisch- gestalterische Bewegungshandeln auswählen und variieren. <b>(BWK)</b></p> <p>Bewegungskünste (z. B. Jonglieren, Bewegungstheater, Schwarzlicht- oder Schattentheater) allein und in der Gruppe ausführen. <b>(BWK)</b></p> <p>die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen. <b>(UK)</b></p>	
UV 35	<b>Höher, schneller, weiter – Laufen, Springen, Werfen in abwechslungsreichen Wettkampfformen variieren und anwenden.</b>	ca. Std. 6
SuS können	<p>leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau individuell und teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen. <b>(BWK)</b></p> <p>einen leichtathletischen Wettkampf unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen und unter Berücksichtigung von Interessens- und Leistungsunterschieden verändern. <b>(BWK)</b></p> <p>grundlegende leichtathletische Messverfahren - sowie Wettkampffregeln erläutern und sachgerecht anwenden. <b>(MK)</b></p> <p>die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen. <b>(UK)</b></p>	

## Übersicht Jahrgangsstufe 8 – Obligatorik: ca. 52 Stunden

<b>UV 36</b>	<b>Wie fit bin ich? Die eigene Fitness testen, grundlegende Möglichkeiten zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit sowie eine weitere Entspannungstechnik kennen und anwenden (BO-Baustein, Phase „Potenziale erkennen“)</b> 	<b>ca. Std. 8</b>
SuS können	ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) unter Anleitung individuell weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen (z.B. Fitnessgymnastik) zeigen. <b>(BWK)</b> eine komplexere Entspannungstechnik (z.B. progressive Muskelentspannung, autogenes Training, Yoga) ausführen und deren Aufbau, Funktion und Wirkung beschreiben. <b>(BWK)</b> ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen. <b>(UK)</b> gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Verhaltensweisen grundlegend beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 37</b>	<b>Fit und gesund! – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern</b>	<b>ca. Std. 6</b>
SuS können	beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 20 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben. <b>(BWK)</b> beim Laufen ihre Ausdauerleistungsfähigkeit erkennen, individuelle Übungsziele festlegen und einhalten. <b>(MK)</b>	
<b>UV 38</b>	<b>relativ oder absolut? - Wir erproben verschiedene Möglichkeiten des Leistungsvergleichs und planen einen gerechten Leichtathletikwettkampf</b>	<b>ca. Std. 6</b>
SuS können	technisch-kordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung, Wurf) der leichtathletischen Disziplinen ausführen und erläutern sowie für das Aufwärmen nutzen. <b>(BWK) *</b> einen leichtathletischen Wettkampf unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfvhaltens durchführen und unter Berücksichtigung von Interessens- und Leistungsunterschieden verändern. <b>(MK)</b> grundlegende leichtathletische Messverfahren - sowie Wettkampffregeln erläutern und sachgerecht anwenden. <b>(MK)</b> Möglichkeiten des Leistungsvergleich unter verschiedenen Aspekten (z.B. individuell, sozial, absolut, relativ) beschreiben und anwenden. <b>(MK)</b> die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 39</b>	<b>Was macht die Unterschiede der Spiele aus? – Grundideen und Strukturen verschiedener Spiele analysieren, vergleichen und verändern</b>	<b>ca. Std. 8</b>
SuS können	ausgewählte, spielübergreifende technisch-kordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten in Kleinen Spielen situationsgerecht anwenden. <b>(BWK)</b> in unterschiedlichen Spielen im fairen Mit- und Gegeneinander nach vorgegebenen Kriterien technisch wie taktisch situationsgerecht handeln. <b>(BWK)</b> ausgewählte Spiele unter unterschiedlichen Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern. <b>(MK)</b>	
<b>UV 40</b>	Ich zeige, was ich kann – turnerische Bewegungsfertigkeiten an einem ausgewählten Turngerät (z.B. Boden, Barren/Reck, Ringe) für die Gestaltung einer individuellen Kür nutzen.	ca. 8 Std.

SuS können	grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Reck, Stufen –bzw. Parallelbarren, Balanciergerät, Sprunggerät) ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren. <b>(BWK)</b> den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbstständig organisieren und kooperativ durchführen. <b>(MK)</b> grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen beschreiben und situationsangemessen anwenden. <b>(MK)</b> turnerische Präsentationen in Bezug auf den Schwierigkeitsgrad und die Umsetzung von Gestaltungsmerkmalen beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 41</b>	<b>Gesellschaftstanz</b> <b>(BO-Baustein, Phase: Potenziale erkennen)</b>	 ca. Std. 6
SuS können	Erlernen von Grundsritten ausgewählter Standardtänze (Discofox, Walzer, Swing) <b>(BWK)</b> ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung, Synchronität von Körper/ Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen – auch in der Gruppe – anwenden und variieren. <b>(BWK)</b> die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 42</b>	<b>Mal kurz mal lang – Badminton taktisch und regelsicher spielen</b>	ca. Std. 6
SuS können	in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen. <b>(BWK)</b> sich in komplexen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten. <b>(BWK)</b> die eigenen technischen und koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 43</b>	<b>Groß und stark gegen klein und schwach – ist das fair? - Lösungen für "Nachteilsausgleiche" in Zweikampfsituationen entwickeln und im Kampf erproben</b>	ca. Std. 4
SuS können	körperlich bedingte Vor- und Nachteile erkennen, benennen und Nachteilsausgleiche entwickeln und umsetzen. <b>(BWK)</b> Strategien und Verfahren (ggf. auch zur Emotionssteuerung) in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden. <b>(MK)</b> komplexe Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten <b>(UK)</b>	



## Übersicht Jahrgangsstufe 9 – Obligatorik: ca. 52 Stunden

<b>UV 44</b>	<b>Wie bereite ich gezielt sportliche Anforderungssituationen vor und nach? – selbstständig spezifische Aufwärmprogramme für ausgewählte Sportarten planen und durchführen und situationsangemessen Entspannungsmethoden einsetzen *</b>	<b>ca. Std. 4</b>
SuS können	sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen. <b>(BWK)</b> ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit weiterentwickeln und in komplexeren, sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen. <b>(BWK)</b> unterschiedliche Entspannungstechniken ausführen und deren Aufbau, Funktion und Wirkung beschreiben. <b>(BWK)</b> ein Aufwärmprozesses nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten. <b>(MK)</b> grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen und die Bedeutung einzelner Faktoren unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung der Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen. <b>(MK)</b> ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen differenziert beurteilen. <b>(UK)</b> gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Verhaltensweisen und Körperideale beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 45</b>	<b>Immer schön fair bleiben! – Spielregeln und –taktik haben Einfluss auf ein Spiel, ändert sie - aber immer schön fair bleiben! (Bezug UNESCO-Bildungsagenda)</b>	<b>ca. Std. 6</b>
SuS können	spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten in komplexen Bewegungsspielen situationsgerecht anwenden. <b>(BWK)</b> in unterschiedlichen Spielen im fairen Mit- und Gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln. <b>(BWK)</b> komplexere Spiele unter unterschiedlichen Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern. <b>(MK)</b> den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Spielen beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 46</b>	<b>Typisch Junge? Typisch Mädchen? - Tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik nutzen</b>	<b>ca. Std. 6</b>
SuS können	ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern. <b>(BWK)</b> Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung, Synchronität von Körper/ Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen – auch in der Gruppe – auf erweitertem Niveau anwenden und zielgerichtet variieren. <b>(BWK)</b> ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsabsichten, -aufgaben und -anlässen eigene Kompositionen (z. B. Fitnesschoreografie in der Gruppe, tänzerische Gruppengestaltung) entwickeln, umsetzen und präsentieren. <b>(BWK)</b> die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen. <b>(UK)</b> bewegungsbezogene Klischees (u. a. Geschlechterrollen) beim Gestalten, Tanzen, Darstellen kritisch bewerten und beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 47</b>	<b>Die gegnerischen Spieler überlisten – komplexe Spielsituationen im Volleyball wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln</b>	<b>ca. Std. 10</b>



SuS können	komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben. <b>(BWK)</b> taktisches Verhalten in Handlungs-/Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern. <b>(BWK)</b> das ausgewählte große Sportspiel auf fortgeschrittenem Niveau spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern. <b>(BWK)</b> Komplexe Darstellungen (z. B. Grafik, Foto, Film) von Spielsituationen erläutern und umsetzen. <b>(MK)</b> die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 48</b>	<b>Ringens und Raufens – Gleichgewicht halten und aus dem Gleichgewicht bringen</b>	ca. Std. 6
SuS können	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. <b>(BWK)</b> der Partnerin bzw. dem Partner unter abgesprochenen Beobachtungsaspekten eine Rückmeldung im Übungs- und Zweikampfprozess geben. <b>(MK)</b>	
<b>UV 49</b>	<b>Gegeneinander spielen und gewinnen wollen – Handball/Basketball regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch im Kleinfeld angemessen spielen</b>	ca. Std. 10
SuS können	komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben. <b>(BWK)</b> taktisches Verhalten in Handlungs-/Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern. <b>(BWK)</b> die Merkmale fairen Spielens reflektieren und erläutern und sich aktiv für faire Spielprozesse einsetzen. <b>(BWK)</b> das ausgewählte große Sportspiel auf fortgeschrittenem Niveau spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern. <b>(BWK)</b> die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 50</b>	<b>„Das hab´ ich noch nie gemacht!“ – Hochsprung oder Kugelstoß oder Hürdenlauf als neue Herausforderung annehmen</b>	ca. Std. 4
SuS können	leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau individuell und teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen. <b>(BWK)</b> einen leichtathletischen Wettkampf unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen und unter Berücksichtigung von Interessens- und Leistungsunterschieden verändern. <b>(BWK)</b> grundlegende leichtathletische Messverfahren - sowie Wettkampffregeln erläutern und sachgerecht anwenden. <b>(MK)</b> die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 51</b>	<b>Fit und gesund! – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern</b> 	ca. Std. 6
SuS können	beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 30 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen und Auswirkungen der Ausdauerleistung auf die Gesundheit beschreiben <b>(BWK)</b>	

## Übersicht Jahrgangsstufe 10 – Obligatorik: ca. 48 Stunden

UV 52	<p>Wie werde ich besser? – die eigene Fitness testen, grundlegende Möglichkeiten zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit sowie eine weitere Entspannungstechnik kennen und anwenden</p>  <p><b>(BO-Baustein, Phase: Potenziale erkennen)</b></p>	ca. Std. 6
SuS können	<p>ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) unter Anleitung individuell weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen (z.B. Fitnessgymnastik) zeigen. <b>(BWK)</b>  eine komplexere Entspannungstechnik (z.B. progressive Muskelentspannung, autogenes Training, Yoga) ausführen und deren Aufbau, Funktion und Wirkung beschreiben. <b>(BWK)</b>  ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen. <b>(UK)</b>  gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Verhaltensweisen grundlegend beurteilen. <b>(UK)</b></p>	
UV 53	<p><b>Fit für den Panoramalauf - Ausdauerndes Laufen verbessern</b></p>	ca. Std. 6
SuS können	<p>beim Laufen eine Ausdauerleistung durch Dauerleistungsmethode, Intervallmethode und Pyramidentraining, gesundheits- bzw. leistungsorientiert, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen <b>(BWK)</b>  den eigenen Puls erfühlen und messen und bewerten, ihre Ausdauerleistungsfähigkeit erkennen sowie individuelle Übungsziele festlegen. <b>(MK)</b></p>	
UV 54	<p>Wie spielt man denn eigentlich woanders? – Spiele aus anderen Kulturen spielen und verstehen (Bezug UNESCO-Bildungsagenda)</p> 	ca. Std. 4
SuS können	<p>in unterschiedlichen Spielen im fairen Mit- und Gegeneinander technisch wie taktisch spielen. <b>(BWK)</b>  Spiele – auch aus anderen Kulturen - selbstständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen. <b>(BWK)</b>  komplexere Spiele unter unterschiedlichen Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern. <b>(MK)</b>  Spiele – auch aus anderen Kulturen – hinsichtlich ihrer inhaltlichen Schwerpunkte (z. B. Spielregeln, Spielidee, soziokulturelle Hintergründe) und Ziele differenziert beurteilen. <b>(UK)</b></p>	
UV 55	<p><b>Volleyball – Vom Miteinander bis zum Gegeneinander (alternativ zu UV 58)</b></p>	Ca. Std. 6
SuS können	<p>das obere und untere Zuspiel, den Aufschlag und das Blocken. <b>(BWK)</b>  die Besonderheiten der Volleyballregeln anwenden. <b>(MK)</b>  komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben. <b>(BWK)</b>  taktisches Verhalten in Handlungs-/Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern. <b>(BWK)</b></p>	
UV 56	<p>Wir holen Le Parkour/ Straßenturnen in unsere Sporthalle! – Hindernisse kreativ, effizient und sicher überwinden.</p>	ca. Std. 6

SuS können	Turnerische Bewegungen an Turngeräten oder Gerätekombinationen auf der Basis individueller Fähigkeiten normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden. <b>(BWK)</b> an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- oder Hilfestellungen sachgerecht ausführen <b>(BWK)</b> Aufgaben im Unterrichtsprozess selbstständig übernehmen, sich aufgabenorientiert verständigen und zuverlässig unterstützen. <b>(MK)</b> zwischen Bewegungssicherung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und sich verantwortungsbewusst verhalten. <b>(MK)</b> Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koodinativer Leistungsfähigkeit beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 57</b>	<b>Mit der richtigen Technik und Taktik klappts´ – Partnerkämpfe mit der Zielsetzung den Kampf nach einem vereinbarten Regel- und Punktesystem zu gewinnen</b>	ca. Std. 4
SuS können	mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst und verantwortungsvoll umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen. <b>(BWK)</b> Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten. <b>(MK)</b> Die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen nach vereinbarten Kriterien beurteilen. <b>(UK)</b> Eigeninitiative und faires Verhalten bei Zweikämpfen beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 58</b>	<b>Schnell und rasant – Badminton im Wettkampf erfolgreich spielen (alternativ zu UV 55)</b>	ca. Std. 8
SuS können	komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben. <b>(BWK)</b> taktisches Verhalten in Handlungs-/Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern. <b>(BWK)</b> das ausgewählte Partnerspiel auf fortgeschrittenem Niveau regelgerecht, fair mit- und gegeneinander spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern. <b>(BWK)</b> Darstellungen von Spielsituationen erläutern und umsetzen. <b>(MK)</b> die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen. <b>(UK)</b>	
<b>UV 59</b>	Wir planen ein Turnier für die Klasse(n) und erproben es! – ein Turnier (für die eigene Klasse oder Jahrgangsstufe) sowie die Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten organisieren, erproben und evaluieren	ca. Std. 2
<b>UV 60</b>	<b>Choreographie – Gestaltung, Präsentation und Bewertung einer eigenen Bewegungsabfolge zu einem vorgegebenen Thema</b>	ca. Std. 6
SuS können	ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern. <b>(BWK)</b> Objekte und Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren. <b>(BWK)</b> Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung, Synchronität von Körper/ Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen – auch in der Gruppe – auf erweitertem Niveau anwenden und zielgerichtet variieren. <b>(BWK)</b> ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsabsichten, -aufgaben und -anlässen eigene Kompositionen (z. B. Fitnesschoreografie in der Gruppe, tänzerische Gruppengestaltung) entwickeln, umsetzen und präsentieren. <b>(BWK)</b> ihr ästhetisch-gestalterisches Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Bereichen (z.B. Schulsport, Hobbys, Trends der Jugendkultur, ...) für eine Präsentation (z.B. auch Schulaufführung) nutzen. <b>(MK)</b> die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen. <b>(UK)</b>	

UV 61	Ein alternatives Sportfest (alternierend einen Sponsorenlauf) im Schulbereich planen und durchführen (BO-Baustein, Phase „Praxis erproben“)	ca. Std. 8
SuS können	<p>einen herkömmlichen oder alternativen Wettkampf (z.B. Mehrkampf, Spielfest, Laufveranstaltung, Orientierungslauf, Biathlon, Triathlon) vorbereiten und unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen. <b>(BWK)</b></p> <p>selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch) erfassen. <b>(MK)</b></p> <p>leichtathletische Wettkampffregeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für eine Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten. <b>(MK)</b></p> <p>Möglichkeiten des Leistungsvergleich unter verschiedenen Aspekten (z.B. individuell, sozial, absolut, relativ) beschreiben und anwenden. <b>(MK)</b></p> <p>die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen. <b>(UK)</b></p>	

### 2.3 Zuordnung der Bewegungsfelder und Sportbereiche zu den Inhaltsfeldern und den Inhaltlichen Schwerpunkten

Die obligatorischen sechs Inhaltsfelder, die den pädagogischen Perspektiven folgen, markieren bewegungsfeld- und sportbereichsübergreifende inhaltliche Schwerpunkte. Sie umfassen immer auch fachliche Sinngebungen.

	Inhaltsfelder (= IF)	Inhaltliche Schwerpunkte (Nummerierung = siehe Legende)
IF (a)	<b>Bewegungsstruktur</b> und <b>Bewegungserfahrung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)</li> <li>• Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)</li> </ul>
IF (b)	<b>Bewegungsgestaltung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch)(1)</li> <li>• Variationen von Bewegung (u. a. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)</li> <li>• Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte (3)</li> </ul>
IF (c)	<b>Wagnis und Verantwortung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spannung und Risiko (1)</li> <li>• Emotionen (u. a. Freude, Frustration, Angst) (2)</li> <li>• Handlungssteuerung (u. a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung) (3)</li> </ul>
IF (d)	<b>Leistung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)</li> <li>• Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) (2)</li> <li>• Differenziertes Leistungsverständnis (z. B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)</li> </ul>
IF (e)	<b>Kooperation</b> und <b>Konkurrenz</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)</li> <li>• soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)</li> <li>• (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (3)</li> <li>• Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (4)</li> </ul>
IF (f)	<b>Gesundheit</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)</li> <li>• Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)</li> <li>• Unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (3)</li> </ul>

Legende: Hinter den inhaltlichen Schwerpunkten ist in Klammern eine Nummerierung eingefügt, die der Zuordnung der Schwerpunkte in den nachfolgenden Übersichtstabellen der Bewegungsfelder dient (die Nummerierung stellt keine Hierarchisierung dar).

## Bewegungsfeld/Sportbereich 1:

### Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (44 Std.)

#### Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte

##### Jahrgangsstufe 5/6

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(A): Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern.

(D): Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 1	Sich zusammen anstrengen und Spaß haben – Bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele spielen als Anlass für die Beobachtung und Reflexion von Belastungssituationen	6	IF (a) 1, 2 IF (d) 1
UV 14	Wir entwickeln unser Aufwärmprogramm – allgemeines Aufwärmen und grundlegende funktionsgerechte Übungen ausführen und individuell steuern.	6	IF (a) 1 IF (f) 1
UV 24	Ich strenge mich an – was kann ich schon? - Stärken und Schwächen individueller Leistungsfähigkeit in sportbezogenen Anforderungssituationen erfahren, beschreiben und einschätzen.	6	IF (a) 1, 2 IF (d) 1
UV 25	Anstrengung und Entspannung gehören zusammen - Phantasiereisen und Entspannungsmassagen kennenlernen und angeleitet durchführen. *	2	IF (a) 1

##### Jahrgangsstufe 7/8


Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(A): Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern.

(F): Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 26	Sport ist so vielseitig! – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten	9	IF (a) 1, 2 IF (f) 1
UV 36	Wie fit bin ich? Die eigene Fitness testen, grundlegende Möglichkeiten zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit sowie eine weitere Entspannungstechnik kennen und anwenden (BO-Baustein, Phase „Potenziale erkennen") 	8	IF (d) 1, 2 IF (f) 1, 2

##### Jahrgangsstufe 9/10

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(A): Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern.

(F): Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 44	Wie bereite ich gezielt sportliche Anforderungssituationen vor und nach? – selbstständig spezifische Aufwärmprogramme für ausgewählte Sportarten planen und durchführen und situationsangemessen Entspannungsmethoden einsetzen *	6	IF (a) 1, 2 IF (f) 1, 2
UV 52	Wie werde ich besser? – die eigene Fitness testen, grundlegende Möglichkeiten zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit sowie eine weitere Entspannungstechnik kennen und anwenden *	8	IF (d) 1, 2 IF (f) 1, 2

\* UV kann auch als Bestandteil oder Teilbestandteil anderer Unterrichtsvorhaben unterrichtet werden

## Bewegungsfeld 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen (44 Std.) Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte

### Jahrgangsstufe 5/6

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(E): Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen.

(F): Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Nr.	Thema	Std.	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 3	Systematisch und strukturiert spielen lernen - grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeit in Kleinen Spielen anwenden	10	IF (a) 1, 3 IF (e) 1, 2, 3, 4
UV 15	Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß? - verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-) finden	10	IF (a) 1 IF (c) 1 IF (e) 1, 2, 3

### Jahrgangsstufe 7/8

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(A): Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern.

(E): Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen.

Nr.	Thema	Std.	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 29	Kennst du eins – kennst du alle? Spiele, Spiele, Spiele – versuche Spieltaktiken und Spieltechniken in verschiedenen Spielen anzuwenden	6	IF (a) 1 IF (e) 1, 2, 3, 4
UV 39	Was macht die Unterschiede der Spiele aus? – Grundideen und Strukturen verschiedener Spiele analysieren, vergleichen und verändern	6	IF (a) 1 IF (e) 1, 2, 3, 4

### Jahrgangsstufe 9/10



Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(A): Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern.

(E): Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen.

Nr.	Thema	Std.	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 45	Immer schön fair bleiben! – Spielregeln und –taktik haben Einfluss auf ein Spiel, ändert sie - aber immer schön fair bleiben! (Bezug UNESCO-Bildungsagenda) 	6	IF (a) 1 IF (e) 1, 2, 3, 4
UV 54	Wie spielt man denn eigentlich woanders? – Spiele aus anderen Kulturen spielen und verstehen (Bezug UNESCO-Bildungsagenda) 	6	IF (a) 1 IF (e) 1, 2, 3, 4

## Bewegungsfeld/Sportbereich 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (63 Std.) Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte

### Jahrgangsstufe 5/6

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(A): Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern

(B): Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 4	Wir laufen über Stock und Stein – Vielfältige Möglichkeiten des Laufens und Hindernisse-Überwindens im Freien und in der Halle erfahren und anwenden.	6	IF (a) 1, 2 IF (b) 1
UV 9	Große Sprünge machen – Springen in seiner Vielfalt anwenden.	6	IF (a) 1, 3 IF (b) 2
UV 10	Weitwerfen...gar nicht so schwer – wie weites Werfen gelingen kann	6	IF (a) 1, 3 IF (b) 2
UV 29	Ich gerate nicht aus der Puste – mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd laufen können	6	IF (a) 1, 3 IF (d) 1, 2 IF (f) 2

### Jahrgangsstufe 7/8

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(D): Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

(E): Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen.

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 35	Höher, schneller, weiter – Laufen, Springen, Werfen in abwechslungsreichen Wettkampfformen variieren und anwenden.	9	IF (d) 1, 2 IF (e) 1, 4
UV 37	Fit und gesund! – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern.	6	IF (d) 1, 2, 3 IF (f) 2, 3
UV 38	Relativ oder absolut ? - Wir erproben verschiedene Möglichkeiten des Leistungsvergleichs und planen einen gerechten Leichtathletikwettkampf.	6	IF (d) 1, 3 IF (e) 1, 3, 4

### Jahrgangsstufe 9/10

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(D): Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

(F): Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 50	Das hab ich noch nie gemacht! – Hochsprung oder Kugelstoß oder Hürdenlauf als neue Herausforderung annehmen	4	IF (a) 1, 2, 3 IF (d) 1, 3
UV 51	Fit und gesund! – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern (BO-Baustein, Phase „Potenziale erkennen)	6	IF (d) 1, 2, 3 IF (f) 2, 3
UV 53	Fit für den Panoramalauf - ausdauerndes Laufen systematisch verbessern	6	IF (d) 1, 2, 3 IF (f) 2, 3
UV 61	Ein alternatives Sportfest (alternierend einen Sponsorenlauf) im Schulbereich planen und durchführen (BO-Baustein, Phase „Praxis erproben“)	8	IF (e) 1, 2, 3 IF (f) 1, 2



## Bewegungsfeld 4: Bewegen im Wasser - Schwimmen (64 Std.)

### Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte

#### Jahrgangsstufe 5/6

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(A): Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern.

(C): Etwas wagen und verantworten

(D): Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

Nr.	Thema	Std.	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 11	Wassergewöhnung/ Sicherheitsaspekte im Schwimmbad	2	IF (f) 1
UV 12	Kunststücke im Wasser – grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen	8	IF (a) 1, 2, 3
UV 13	Erlernen der Grobform (später Feinform) einer Lage: Brustschwimmen	6	IF (a) 2,3
UV 14	Erlernen der Grobform (später Feinform) einer Lage: Kraulen	6	IF (a) 2,3
UV 15	Erlernen des Startsprungs vom Beckenrand/ Startblock	2	IF (a) 1 IF (c) 2, 3
UV 16	"Hin und Her ohne Pause und Verschlucken" – Richtig atmen beim Freistilschwimmen vom Start bis zur Wende	8	IF (a) 2,3
UV 17	Erlernen lagenspezifischer Wenden beim Schwimmen	2	IF (a) 1
UV 18	Wasserspringen ohne Angst und Übermut! – durch vielfältige Sprünge seine Grenzen ausloten	8	IF (a) 1 IF (c) 1, 2, 3
UV 19	Tauchen wie ein Fisch im Wasser! – sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen	4	IF (a) 1,2 IF (c) 2, 3
UV 20	Fit und leistungsstark – in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können	8	IF (d) 1, 2, 3 IF (f) 2, 3
UV 21	Von einem Ufer zum anderen – Schwimmender Transport von unterschiedlichen Gegenständen	4	IF (a) 1, 3 IF (c) 1, 3
UV 22	Erlernen der Grobform (später Feinform) einer Lage: Rückenraul	6	IF (a) 2,3
UV 23	Sich selbst retten können – Gefahren im Wasser sicher begegnen	4	IF (a) 1 IF (f) 1, 2, 3
UV 24	„Ich will besser werden!“ – in Rückenraul- und Brustschwimmtechnik mit Start und Wende sicher schwimmen können	6	IF (a) 1, 2, 3 IF (d) 2, 3
UV 25	Tauchen – aber sicher! – Tauchtechniken weiter entwickeln und eine selbstgewählte Strecke sicher bewältigen	4	IF (a) 1, 3 IF (c) 1, 3

## Bewegungsfeld/Sportbereich 5: Bewegen an Geräten - Turnen (60 Std.)

### Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte

#### Jahrgangsstufe 5/6

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(A): Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern.

(B): Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten

(C): Etwas wagen und verantworten

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 2	Wir überwinden Hindernisse kreativ und sicher	6	IF (a) 1 IF (b) 1, 2, 3
UV 6	Balancieren Stützen, Rollen und Co. – grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten spielerisch erfahren und in einer Gerätelandschaft erproben.	8	IF (a) 1, 2 IF (b) 2

#### Jahrgangsstufe 7/8

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(B): Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten

(C): Etwas wagen und verantworten

(D): Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 27	Wie im Zirkus - eine akrobatische Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren und bewerten.	8	IF (b) IF (e) 1 IF (d) 3
UV 28	Miteinander turnen – Zusammen mit einem Partner bzw. einer Partnerin an einer Gerätekombination aus Matten, Reck, Kästen und Bänken fließend und sicher turnen.	9	IF (b) 1, 2 IF (c) 3 IF (f) 1
UV 40	Ich zeige, was ich kann – turnerische Bewegungsfertigkeiten an einem ausgewählten Turngerät (z.B. Boden, Barren/Reck, Ringe) für die Gestaltung einer individuellen Kür nutzen.	9	IF (a) 3 IF (b) 1 IF (d) 2

#### Jahrgangsstufe 9/10

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(B): Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten

(D): Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

(E): Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen.

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 56	Wir holen Le Parkour/ Straßenturnen in unsere Sporthalle? – Hindernisse kreativ, effizient und sicher überwinden.	10	IF (a) 2 IF (b) 2 IF (c) 3 IF (f) 1

## Bewegungsfeld/Sportbereich 6:

### Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste (62 Std.)

#### Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte

##### Jahrgangsstufe 5/6

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(A): Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern.

(B): Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 5	Laufen, Hüpfen und Springen - einfache technisch- koordinative Grundformen in ästhetisch-gestalterischen Aufgabenstellungen anwenden sowie in Kombination mit ausgewählten Handgeräten nutzen	6	IF (a) 1, 2 IF (b) 1, 2

##### Jahrgangsstufe 7/8


Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(A): Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern.

(B): Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 30	Hip-Hop, Breakdance und Co. - gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen	9	IF (a) IF (b) IF (e) 2
UV 31	Es fliegt was in der Luft – Grundlegende Jongliermuster und Jongliertricks mit Tüchern und Bällen (evtl. Ringen, Keulen, Diabolo) miteinander üben und variieren	4	IF (a) 1, 2 IF (b) 1, 2
UV 34	Rope Skipping oder Gambol Jump – Bewegungskünste entwickeln und in einer Gruppe präsentieren	9	IF (a) 1, 2 IF (b) 1, 2
UV 41	Gesellschaftstanz  BO-Baustein, Phase „Potenziale erkennen“	8	IF (a) 1 IF (b) 1 IF (e) 2 IF (f) 3

##### Jahrgangsstufe 9/10

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(E): Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen.

(F): Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 46	Typisch Junge? Typisch Mädchen? - Tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik nutzen	6	IF (d) 3 IF (e) 2 IF (f) 3
UV 60	Choreographie – Gestaltung, Präsentation und Bewertung einer eigenen Bewegungsabfolge zu einem vorgegebenen Thema	8	IF (b) IF (e) 4 IF (f) 3

## Bewegungsfeld/Sportbereich 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (74 Std.)

### Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte

#### Jahrgangsstufe 5/6

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(A): Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern.

(E): Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen.

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 8	Ich kann im Team mit- und gegeneinander spielen! – einfache Aufgaben in Mannschaftsspielen taktisch sicher und regelgeleitet bewältigen	12	IF (a) 1, 2, 3, IF (e) 4

#### Jahrgangsstufe 7/8

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(A): Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern.

(E): Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen.

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 32	Mit Hand und Köpfchen– Handball als Mannschaftsspiel in vereinfachter Form in Taktikvarianten fair mit- und gegeneinander spielen	12	IF (a) 1, 2, 3, IF (e) 1, 2, 4
UV 42	Mal kurz mal lang – Badminton taktisch und regelsicher spielen	9	IF (a) 1, 3 IF (e) 1, 3

#### Jahrgangsstufe 9/10

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(D): Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen.

(E): Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen.

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 47	Die gegnerischen Spieler überlisten – komplexe Spielsituationen im Volleyball wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln	6	IF (e) 1, 2, 3, 4
UV 49	Gegeneinander spielen und gewinnen wollen – Handball/Basketball regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch im Kleinfeld angemessen spielen	6	IF (d) 1, 2 IF (e) 1, 2, 3, 4
UV 55	Volleyball – Vom Miteinander zum Gegeneinander	6	IF (a) 1,2,3 IF (e) 1,2,4
UV 58	Schnell und rasant – Badminton im Wettkampf erfolgreich spielen	6	IF (d) 1 IF (e) 1, 2, 3
UV 50	Wir planen ein Turnier für die Klasse(n) und erproben es! – ein Turnier (für die eigene Klasse oder Jahrgangsstufe) sowie die Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten organisieren, erproben und evaluieren	4	IF (e) 1, 2, 4

## Bewegungsfeld/Sportbereich 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport (41 Std.)

### Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte

#### **Jahrgangsstufe 5/6**

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(A): Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern

(C): Etwas wagen und verantworten

(F): Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 28	Locker rollen – mit möglichst wenig Aufwand, entspannt ohne Unterbrechung ausdauernd Inlineskates laufen	8	IF (a) 3 IF (d) 1, 2 IF (f) 1

#### **Jahrgangsstufe 7/8**

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(A): Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern

(F): Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 36	Drum herum, rauf und runter – sicher auf Inlineskates durch einen Slalom verschiedener Hindernisse	9	IF (a) 1, 2 IF (c) 1, 2 IF (f) 1
UV 51	"Par de deux" auf vier Rollen – Paarlaufen nach eigener Choreografie auf Inlineskates	6	IF (b) 1, 2 IF (f) 1

#### **Jahrgangsstufe 9/10**

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(C): Etwas wagen und verantworten

(F): Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 59	Schnell, rasant, sicher und genau – Inlineskatehockey als Mannschaftsspiel	6	IF (a) 1, 2 IF (c) 1, 2 IF (f) 1
UV67	Sicher auf Tour – einen Ausflug auf Inlineskates planen und sicher durchführen	4	IF (f) 1, 2 IF (c) 3

## Bewegungsfeld/Sportbereich 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport (40 Std.)

### Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltlichen Schwerpunkte

#### Jahrgangsstufe 5/6

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(C): Etwas wagen und verantworten

(E): Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 7	Siegen ohne gewinnen zu müssen – Bodenkämpfe mit und gegen eine Partnerin/ einen Partner nach selbst entwickelten Regeln fair und sicher durchführen	8	IF (c) 2, 3 IF (e) 1, 3
UV 26	Du kommst hier nicht raus! Aber sicher doch! – Mit vereinbarten Sicherheits- und Stoppregeln die Partnerin/ den Partner durch Haltegriffe am Boden festhalten und sich aus diesen Haltegriffen befreien können.	8	IF (a) 1, 2 IF (c) 2, 3 IF (e) 1, 3

#### Jahrgangsstufe 7/8

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(C): Etwas wagen und verantworten

(E): Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 33	Werfen und fallen? Aber sicher! – die Partnerin/ den Partner aus dem Gleichgewicht bringen und zu Boden werfen, ohne sie/ihn zu verletzen	6	IF (c) 1, 2, 3 IF (e) 1, 3
UV 43	Groß und stark gegen klein und schwach – ist das fair? - Lösungen für "Nachteilsausgleiche" in Zweikampfsituationen entwickeln und im Kampf erproben	6	IF (c) 2, 3 IF (e) 1, 3

#### Jahrgangsstufe 9/10

Leitende

Pädagogische

Perspektiven

(E): Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen

(F): Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Nr.	Thema	Std	Inhaltliche Schwerpunkte
UV 48	Ringen und Raufen – Gleichgewicht halten und aus dem Gleichgewicht bringen	6	IF (c) 1, 2, 3 IF (e) 2
UV 57	Mit der richtigen Technik und Taktik klappts' – Partnerkämpfe mit der Zielsetzung den Kampf nach einem vereinbarten Regel- und Punktesystem zu gewinnen	6	IF (c) 2, 3 IF (e) 1, 3

### 3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

Auf der Grundlage von § 48 SchulG, § 6 APO-SI, der Rahmenvorgaben für den Schulsport sowie Kapitel 3 des Kernlehrplans Sport Realschule hat die Fachkonferenz Sport im Einklang mit dem entsprechenden schulbezogenen Konzept folgende Grundsätze und Formen zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen.

Die Leistungsbewertung erfolgt in einem kontinuierlichen Prozess und bezieht sich auf alle Kompetenzbereiche und die jeweils ausgewiesenen Zielsetzungen eines Unterrichtsvorhabens.

Die Leistungsbewertung ist einem pädagogischen Leistungsverständnis verpflichtet und berücksichtigt das individuelle Leistungsvermögen sowie den individuellen Lernfortschritt angemessen. Die Leistungsbewertung zielt darauf ab, Schülerinnen und Schülern individuelle Rückmeldungen über ihren Leistungsstand zu ermöglichen und sie vor dem Hintergrund ihres Leistungsvermögens individuell zu fördern und zu stärken.

Die Leistungsbewertung erfolgt in prozessbezogenen, unterrichtsbegleitenden und produktbezogenen, punktuellen Lernerfolgsüberprüfungen. Sie berücksichtigt sportbezogene Verhaltensdimensionen und erfolgt in einem transparenten Verfahren an dem Schülerinnen und Schüler (alters-) angemessen beteiligt werden.

*Prozessbezogene, unterrichtsbegleitende Lernerfolgsüberprüfungen* erwachsen aus dem konkreten Unterrichtsgeschehen auf der Grundlage zuvor festgelegter, der Lerngruppe bekannter Kriterien. Sie stellen in besonderer Weise ein geeignetes Instrument zur individuellen Rückmeldung für das Erreichen von Lernzielen im Unterricht dar. Deshalb ist eine möglichst zeitnahe Rückmeldung zur erbrachten Leistung erforderlich. Darüber hinaus ermöglichen prozessbezogene Lernerfolgsüberprüfungen in Form von Langzeitbeobachtungen, Lernleistungen in ihrer Stetigkeit einzuschätzen und durch deren langfristige Begleitung und Unterstützung kontinuierlich zu entwickeln. Das gilt vor allem für den Bereich von Verhaltensdispositionen im Sport, die sich in partnerschaftlichem fairem, kooperativen sowie tolerantem Verhalten zeigen. Die unterrichtsbegleitenden, prozessbezogenen Lernerfolgsüberprüfungen beziehen sich auf folgende Formen:

- Fachbezogene soziale Verhaltensweisen wie Hilfsbereitschaft, Rücksichtnahme, Kooperationsbereitschaft, Fairness, Konfliktfähigkeit,
- Beiträge zur Unterrichtsgestaltung wie z.B. selbstständiges Planen und Gestalten von Auf- und Abwärmprozessen, Mitgestaltung von Unterrichtsprozessen, Helfen und Sichern, Geräteaufbau und -abbau, Schiedsrichter und Kampfrichteraufgaben,
- Beiträge zum Unterricht wie z.B. Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Beiträge zum Unterrichtsgespräch, Präsentationen.

*Produktbezogene, punktuelle Lernerfolgsüberprüfungen* setzen voraus, dass die Schülerinnen und Schüler mit den an sie gestellten Anforderungen aus dem Unterricht vertraut sind und dass hinreichend Gelegenheit zum Üben und Festigen des Erlernten im Unterricht bestand. Die Fachschaft Sport verständigt sich darüber, dass dies im Klassenbuch sorgfältig dokumentiert wird. Die punktuellen Lernerfolgsüberprüfungen (allein und/oder in der Gruppe) beziehen sich auf folgende Formen:

- Bewegungshandeln: Demonstration technisch koordinativer Fertigkeiten, psychophysischer, taktisch kognitiver und ästhetisch-gestalterischer Fähigkeiten,
- Fitness- und Ausdauerleistungstests im Sinne der Kompetenzerwartungen,
- Qualifikationsnachweise wie z.B. Schwimmbabzeichen, Sportabzeichen,
- Wettkämpfe wie z.B. leichtathletische Mehrkämpfe, Turniere, Sport- und Spielfeste,
- schriftliche Beiträge zum Unterricht wie z.B. Übungsprotokolle, Lerntagebuch, Stundenprotokolle,
- Beiträge zum Unterricht wie z.B. Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Beiträge zum Unterrichtsgespräch, Präsentationen.

Die Leistungsbewertung berücksichtigt Leistungen sportbezogenen personalen und sozialen Verhaltens, die im Unterricht erarbeitet und eingeübt werden können. Folgende Beurteilungsaspekte werden angemessen berücksichtigt:

- *Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen* spielen im Sportunterricht eine bedeutsame Rolle. Leistungen in diesem Bereich beziehen sich auf das selbstständige und verantwortliche Gestalten von sportlichen Handlungssituationen. Sie berücksichtigen das Herrichten von Spielflächen und Geräten, das Verteilen von Rollen oder die Bildung von Mannschaften, das Vereinbaren von Regeln. Darüber hinaus beziehen sie sich – altersangemessen – auf gegenseitige Beratung, Hilfe sowie Korrektur beim Lernen, Üben und Trainieren.
- *Anstrengungsbereitschaft* spielt in der Leistungsbewertung produkt- und prozessbezogen eine wesentliche Rolle. Sie bezieht sich einerseits konkret auf das unterrichtliche Geschehen und die Bereitschaft, darin engagiert und motiviert mitzuarbeiten. Andererseits bezieht sich Anstrengungsbereitschaft aber auch auf die Fähigkeit, selbstständig und eigenverantwortlich die eigene psycho-physische Leistungsfähigkeit kontinuierlich und vertieft auch außerhalb des Unterrichts zu verbessern und zu erhalten, um darin erfolgreich mitarbeiten zu können.
- *Selbstständigkeit* bezieht sich in der Leistungsbewertung im Sportunterricht auf die Fähigkeit, beim Geräteaufbau und -abbau zu helfen und Eigenverantwortung für die Sicherheit im Sportunterricht zu gewährleisten. Darüber hinaus geht es auch darum, sich im Sportunterricht selbstständig aufzuwärmen, intensiv zu üben und zu trainieren sowie sich auf den Sportunterricht angemessen vor- und nachzubereiten sowie für eine angemessene Sportbekleidung zu sorgen.
- *Fairness, Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit* beziehen sich darauf, sich im jeweiligen Unterrichtsvorhaben an die Regeln des fairen Umgangs miteinander zu halten, die Bereitschaft zu zeigen, berechnete Interessen auch mal zurückzustellen, sowie in allen Gruppen konstruktiv mitzuarbeiten und sich gegenseitig zu unterstützen.

Die Fachkonferenz legt für die im Rahmen der Obligatorik festgelegten Unterrichtsvorhaben die Schwerpunkte der Bewertung fest. Die Leistungsanforderungen werden von der Sportlehrkraft lerngruppenbezogen konkretisiert.

Außerunterrichtliche Leistungen im Schulsport - wie z. B. leistungssportliches Engagement, die Teilnahme an Schulsportwettkämpfen, die Ausbildung zur Sporthelferin oder zum Sporthelfer sowie ehrenamtliche Tätigkeiten - werden verbindlich als Bemerkungen auf dem Zeugnis vermerkt. Sie können jedoch nicht als Teil der Sportnote berücksichtigt werden. Der Erwerb von Qualifikationsnachweisen zum Schwimmen wird im Zeugnis vermerkt.

## 4 Qualitätssicherung und Evaluation

### Funktions- und Aufgabenverteilung in der Fachkonferenz Sport im Schuljahr 2019/2020:

<b>Funktion</b>	<b>Name</b>	<b>Aufgaben</b>
Fachkonferenzvorsitz Sport	Fr. Quante	Koordinierung der Fachgruppe, Fachansprechpartner der Schulleitung, Einberufung und Leitung der Fachkonferenzen und Dienstbesprechungen, Koordinierung der fachlichen Qualitätssicherung und –entwicklung
Stellvertretung	Fr. Frahsek	Unterstützung des Fachvorsitzes, Ansprechpartner für Referendare und neue Kollegen, Weiterentwicklung der Konzepte zur Leistungsbewertung sowie zur individuellen Förderung
Elternvertreter 1	wechselnd	Vertretung der Elterninteressen und Sicherstellung des Informationsflusses von und zur Schulpflegschaft
Elternvertreter 2	wechselnd	Vertretung der Elterninteressen und Sicherstellung des Informationsflusses von und zur Schulpflegschaft



Schülervertreter 1	wechselnd	Vertretung der Schülerinteressen und Sicherstellung des Informationsflusses von und zur SV
Schülervertreter 2	wechselnd	Vertretung der Schülerinteressen und Sicherstellung des Informationsflusses von und zur SV

### Evaluation des schulinternen Lehrplans

Zielsetzung: Der schulinterne Lehrplan stellt keine starre Größe dar, sondern ist als „lebendes Dokument“ zu betrachten. Dementsprechend sind die Inhalte stetig zu überprüfen, um ggf. Modifikationen vornehmen zu können. Die Fachkonferenz als professionelle Lerngemeinschaft trägt durch diesen Prozess zur Qualitätsentwicklung und damit zur Qualitätssicherung des Faches bei.

Prozess: Der Prüfmodus erfolgt jährlich in der Fachkonferenz zu Beginn des Schuljahres. Hier werden die Erfahrungen des vergangenen Schuljahres in der Fachschaft gesammelt, bewertet und eventuell notwendige Konsequenzen formuliert. Der vorliegende Bogen wird als Instrument einer solchen Bilanzierung genutzt.

Kriterien		Ist-Zustand Auffälligkeiten	Änderungen/ Konsequenzen/ Perspektivplanung	Wer (Verantwortlich)	Bis wann (Zeitraumen)
<b>Funktionen</b>					
	Fachvorsitz				
	Stellvertreter				
	Sonstige Funktionen <small>(im Rahmen der schulprogrammatischen fächerübergreifenden Schwerpunkte)</small>				
<b>Ressourcen</b>					
personell	Fachlehrer				
	fachfremd				
	Lerngruppen				
	Lerngruppengröße				
räumlich	Sporthalle				
	Schulhof				
	Sportplatz				
materiell/ sachlich	Material				
Zeitlich	Abstände Fachteamsitzungen				
	Dauer (Zeitraumen) der Fachteamarbeit				
<b>Unterrichtsvorhaben</b>					
	5				
	6				
	7				
	8				
	9				

10				
<b>Leistungsbewertung</b>				
<b>Arbeitsschwerpunkt (e)</b>				
<b>Fachintern</b>				
- kurzfristig (Halbjahr)				
- mittelfristig (Schuljahr)				
- langfristig				
<b>fachübergreifend</b>				
- kurzfristig				
- mittelfristig				
- langfristig				
<b>Fortbildung</b>				
<b>Fachspezifischer Bedarf</b>				
- kurzfristig				
- mittelfristig				
- langfristig				
<b>Fachübergreifender Bedarf</b>				
- kurzfristig				
- mittelfristig				
- langfristig				
<b>Evaluationsschwerpunkt</b>				
<b>Sonstiges</b>				