



Fachcurriculum **Sport**



**Übersicht Unterrichtsinhalte/Bewegungsfelder Jahrgangsstufen 5-10**

Jg.	BEWEGUNGSFELDER					SPIELEN					Freier Bereich	TOT	WS
	Laufen, Springen; Werfen	Turnerische Bewegungserfahrung, turn. Fertigkeiten	Bewegung im Wasser	Rhythmen erfahren/ ums. Tänze erlernen		BB	FB	HB	VB	RS			
5	leichtathletische Grundfertigkeiten I	Zirkus Akrobatik	-----	Auswahl: Gummitwist/ Chinese Jump Rope/Tanz (HipHop, Shuffle, Jazz, ..) / Rope Skipping		sportspielübergreifendes Lernen eigene Spiele entwickeln (SP:BB)						120	3
6	leichtathletische Grundfertigkeiten II/Hochsprung	Turnerische Grundfertigkeiten 1	Krault.		HB				TT		Raufen und Ringen	120	3
7	Vertiefung leichtathletischer Grundfertigkeiten II Laufen über Hindernisse Vertiefung Weitsprung	Vertiefung turnerische Grundfertigkeiten Barren/Reck	-----		FB			VB	BD			120	3
8	Vertiefung leichtathletischer Grundfertigkeiten II/Hochsprung Staffellauf Speerwurf	riskante Bewegungssituationen (Klettern bzw. Parcours)	-----	Ropeskipping (Wiederholung/Einführung) siehe Jahrgang 5	Vertiefung BB Einführung Hockey							120	3
9	Vertiefung leichtathletischer Grundfertigkeiten II Kugelstoßen Hürdenlauf	Vertiefung turnerische Grundfertigkeiten 2 Sprung	-----	Erlernen und Variieren von tänzerischen Grundelementen (z.B. Hiphop, Tanz, Jumpstyle...)	Vertiefung VB +HB						Fitness erhalten/steigern	80	2
10	Fünfkampf	Vertiefung Klettern	-----		Vertiefung FB Ultimate Fr				Vertief BD			80	2
											Gesamt	640	16

**Übersicht Jahrgangsstufen 5 und 6**

Inhaltsfelder (analog zum Kerncurriculum)	Besonderheiten auf einem Blick	Leistungsnachweise
I. Spielen	I. Klasse 5: integrative Sportspielvermittlung, kooperative Lernformen, eigene Spiele entwickeln Klasse 6: Kleinfeldhandball	I. Spielüberprüfung in Angriff- und Abwehrverhalten Klasse 6: Techniküberprüfung des Schlagwurfs
II. Bewegen an und mit Geräten	II. Turnerische Grundfähigkeiten unter besonderer Berücksichtigung des Sicherheitsaspekts	II. Präsentation von turnerischen Bewegungen in selbstgewählten Übungsverbindungen/Zirkusprojekt
III. Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten	III. Klasse 5: Chinese Jumprope/Tanz/Rope Skipping	III. Entwicklung von Bewegungsgestaltungen in Gruppen
IV. Laufen, Springen, Werfen	IV. Vorbereitung auf die Bundesjungendspiele a. Koordinations- und Rhythmuschulung b. Biathlon-Wettkampf	IV. Leistungstabelle der Fachschaft Sport; BuJu-Spiele
V. Bewegen im Wasser	V. Klasse 6: Einführung der Brustkraultechnik Bei Bedarf Abnahme des Jugendschwimmabzeichens Bronze  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprung vom Beckenrand und mindestens 200 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten</li> <li>• einmal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes</li> <li>• Sprung aus 1 m Höhe oder Startsprung</li> <li>• Kenntnis der Baderegeln</li> </ul>	V. Überprüfung der Brustkraultechnik und Ausdauerüberprüfung im Wasser
VI. Mit und gegen Partner kämpfen – Ringen und Raufen	VI. Klasse 6: Besonderes Augenmerk auf Sozialkompetenz und Entwicklung einer Feedbackkultur	VI. Keine spez. Techniküberprüfung, sondern im Rahmen der entwickelten Leitideen sozialer Interaktion
VII. Den Körper trainieren, die Fitness verbessern	VII. Verteilt auf andere Inhaltsfelder	
Bezug auf Methodencurriculum: Feedbackregeln, Gruppenarbeit, Präsentation, Gesprächsregeln, Auswahl und Zusammenschnitt von Musik		

Unterrichtsschwerpunkt I: **Spielen** Jahrgangsstufe 5 (integrative Sportspielvermittlung, Schwerpunkt Basketball)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz Die Schülerinnen und Schüler können	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	In sportlichen Handlungssituationen auch wettkampfbezogen – anforderungsgemäß reagieren: <ul style="list-style-type: none"> <li>- mit- und gegeneinander spielen</li> <li>- ins Ziel treffen, Vorteile herausspielen</li> <li>- mit Behinderung durch den Gegner umgehen, Anbieten und Orientieren im Spielraum</li> <li>- Freilaufen</li> <li>- Tore / Punkte verhindern, Zusammenspiel stören</li> <li>- Schritregel Basketball (vereinfacht)</li> </ul>	Spielüberprüfung, in der die Lernenden ihr sportspielübergreifendes Angriffs- und Abwehrverhalten demonstrieren (Basketball oder alternativ Parteiball)	Integrative Sportspielvermittlung <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielformen mit verschiedenen Bällen, Spielfeldern und Spielsituationen (z. B. Völkerball, Dietrich, Quietschy, etc.)</li> <li>- Spiele mit vereinfachten Regeln (z. B. Turm-Basketball)</li> <li>- Einzel- und Partnerübungen zum Dribbeln, Werfen (z. B. Russisches Roulette, Dribbelkönig, Rundläufe etc.)</li> </ul>	
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- das eigene Bewegungsvermögen realistisch einschätzen, reflektieren und situationsbezogen handeln</li> <li>- Strategien zur Affektbeherrschung und -kanalisierung bei der unmittelbaren körperlichen Auseinandersetzung im Mit- und Gegeneinander benennen und situationsbezogen einsetzen</li> <li>- Grundregeln Basketball benennen und situationsgerecht anwenden (vereinfacht)</li> </ul>	Situationsgerechte Anwendung der angepassten Regeln		
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sich fair verhalten, sowohl bei Erfolgs- als auch Misserfolgserlebnissen</li> <li>- dem Basketball zugrundeliegenden elementaren Regeln und Vorschriften erläutern, einhalten und gezielt verändern</li> <li>- sportliche Wettbewerbssituationen organisieren und regeln Konflikte analysieren und konstruktiv lösen ihre Mitspieler ins Spiel bringen und aktiv in Spielabläufe einbeziehen</li> <li>- sich im Spiel gegenüber den Mitspielern und der gegnerischen Mannschaft fair verhalten</li> <li>- sich aktiv an der Lösung spieltaktischer Probleme beteiligen.</li> </ul>	Eigenständige „Leitung“ des Spiels/Lösung von Konflikten	Austauschmöglichkeiten innerhalb einer Mannschaft vorsehen, um spieltaktische Lösungen gemeinsam besprechen und finden zu können Konfliktlösungsstrategien (zeigen)	Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit

Unterrichtsschwerpunkt I: **Spiele** Jahrgangsstufe 6 (Einführung Handball)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz Die Schülerinnen und Schüler können	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	In sportlichen Handlungssituationen auch wettkampfbezogen – anforderungsgemäß reagieren: <ul style="list-style-type: none"> <li>- mit- und gegeneinander spielen</li> <li>- ins Tor treffen, Vorteile herausspielen</li> <li>- mit Behinderung durch den Gegner umgehen, Anbieten und Orientieren im Spielraum</li> <li>- Freilaufen</li> <li>- Tore verhindern, Zusammenspiel stören</li> <li>- Schritregel Handball umsetzen</li> </ul>	Spielüberprüfung, in der die Lernenden ihr sportspielübergreifendes Angriffs- und Abwehrverhalten demonstrieren	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Einstieg über Spielformen mit verschiedenen Bällen, Spielfeldern und Spielsituationen (z. B. Sautreiben, Turmball, etc.)</li> <li>- Spiele mit vereinfachten Regeln (z. B. Wandtorball, Zonen-Handball etc.)</li> <li>- Einzel- und Partnerübungen zum Dribbeln, Werfen (Zielschießen Schlagwurf, Läufer und Werfer etc.)</li> <li>- Kleinfeldhandball (bis zum 5-5)</li> </ul>	
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- das eigene Bewegungsvermögen realistisch einschätzen, reflektieren und situationsbezogen handeln</li> <li>- Strategien zur Affektbeherrschung und -kanalisierung bei der unmittelbaren körperlichen Auseinandersetzung im Mit- und Gegeneinander benennen und situationsbezogen einsetzen</li> </ul>	Schlagwurf (aus Dribbling mit Stemmschritt auf Tor ohne Torwart mit Einteilung)		
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sich fair verhalten sowohl bei Erfolgs- als Misserfolgserebnissen</li> <li>- die dem Handball zugrundeliegenden elementaren Regeln und Vorschriften erläutern, einhalten und gezielt verändern</li> <li>- sportliche Wettbewerbssituationen organisieren und regeln/ Konflikte analysieren und konstruktiv lösen / ihre Mitspieler ins Spiel bringen und aktiv in Spielabläufe einbeziehen</li> <li>- sich im Spiel gegenüber den Mitspielern und der gegnerischen Mannschaft fair verhalten</li> <li>- sich aktiv an der Lösung spieltaktischer Probleme beteiligen.</li> </ul>	<p>Situationsgerechte Anwendung der Regeln</p> <p>Eigenständige „Leitung“ des Spiels/Lösung von Konflikten</p>	Austauschmöglichkeiten innerhalb einer Mannschaft vorsehen, um spieltaktische Lösungen gemeinsam besprechen und finden zu können Konfliktlösungsstrategien (zeigen)	Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit

Unterrichtsschwerpunkt II: **Bewegen an und mit Geräten** (Jahrgangsstufe 5)

Kompetenzbereich	Standard (Fachkompetenz) Die Schülerinnen und Schüler ...	Arbeitsformen und Lernwege	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• balancieren mit verschiedenen Gleichgewichtspositionen, Richtungen und Geräten</li> <li>• rollen über die Körperlängs-/Breitenachsen auf/über Geräte bzw. am Boden</li> <li>• springen auf und über Kästen und Böcke</li> <li>• können in einer Pyramide zuverlässig verschiedene Positionen einnehmen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständiges Ausprobieren und Bewegungsfinden in Bewegungslandschaften und/oder an Gerätebahnen</li> <li>• Methodische Übungsreihen anknüpfend an die Vorerfahrungen der SuS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung einer Akrobatik-Kür in Gruppen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lernkompetenz</li> <li>• Methodenkompetenz</li> </ul>
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• reflektieren Erfolgs-/Misserfolgserlebnisse</li> <li>• reflektieren Bewegungs- und Körpererfahrungen</li> <li>• benennen Risiken und erkennen/vermeiden Gefahren</li> <li>• schätzen ihr eigenes Bewegungsvermögen realistisch ein und setzen sich persönliche Ziele</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheitsmaßnahmen beim Turnen</li> </ul>	Sicherung der Geräte durch Matten	Personale Kompetenz
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• helfen und sichern sich gegenseitig.</li> <li>• beobachten sich gegenseitig und geben einander Feedback</li> <li>• erarbeiten gemeinsam Präsentationskriterien</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einführung von sachgerechtem Auf- und Abbau von Turngeräten (z.B. lückenlose Mattenbahnen) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständiges Erarbeiten von Pyramiden und darauffolgend einer Bewegungsverbinding</li> <li>• Förderung der Konfliktlösefähigkeit verschiedener Individuen durch Einüben einer Gruppenpräsentation</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Benennen und zeigen der Hauptgriffarten beim Helfen und Sichern. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entwicklung einer Akrobatikchoreographie mit verschiedenen Gruppenpyramiden und turnerischen Elementen</li> <li>• Synchrone Präsentation in Gruppen</li> </ul> </li> </ul>	Sozialkompetenz Sprachkompetenz

Unterrichtsschwerpunkt II: **Bewegen an und mit Geräten** (Jahrgangsstufe 6)

Kompetenzbereich	Standard (Fachkompetenz) Die Schülerinnen und Schüler .....	Arbeitsformen und Lernwege	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• lernen Grundvorstellungen von Handstand und Rad kennen</li> <li>• können in den Handstand aufschwngen und diesen mit Hilfe (Wand/Mitschüler) halten</li> <li>• turnen ein Rad links oder rechts</li> <li>• turnen verschiedene Varianten von Rollen, z.B. Flugrolle</li> <li>• erfahren Stütz-, Schwung- und Felgbewegungen am Reck/Stufenbarren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständiges Ausprobieren und Bewegungsfinden in Bewegungslandschaften und/oder an Gerätebahnen/-landschaften</li> <li>• Methodische Übungsreihen anknüpfend an die Vorerfahrungen der SuS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung einer Bewegungsverbinding mit Rollen, Sprüngen und Gleichgewichtsübungen</li> <li>• Präsentation einer Bewegungsverbinding mit Handstand, Rad, Rollen</li> <li>• Nehmen in ihrer Präsentation sachgerechte Körperhaltungen ein</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lernkompetenz</li> <li>• Methodenkompetenz</li> </ul>
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflektieren Erfolgs-/Misserfolgserlebnisse</li> <li>• Reflektieren Bewegungs- und Körpererfahrungen</li> <li>• Benennen Risiken und erkennen/vermeiden Gefahren</li> <li>• Schätzen ihr eigenes Bewegungsvermögen realistisch ein und setzen sich persönliche Ziele</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheitsmaßnahmen beim Turnen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherung der Geräten durch Matten</li> <li>• Kennen Hilfe- und Sicherungsstellungen und wenden diese an</li> <li>• kennen und vermeiden die gefährdende Körperpositionen mit und ohne Partner</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Personale Kompetenz</li> </ul>
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• helfen und sichern sich gegenseitig</li> <li>• Beobachten sich gegenseitig und geben einander Feedback</li> <li>• Erarbeiten gemeinsam Präsentationskriterien</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sozialkompetenz</li> <li>• Sprachkompetenz</li> </ul>

Unterrichtsschwerpunkt III: **Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten** (Jahrgangsstufe 5)

Kompetenzbereich	Standard (Fachkompetenz) Die Schülerinnen und Schüler...	Arbeitsformen und Lernwege	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• führen Grundformen des Chinese Jump-Rop/Tanzen/RopeSkipping einzeln und in Verbindung aus</li> <li>• bewegen sich im Rhythmus und Takt der Musik</li> <li>• verbinden verschiedene Sprünge/Schritte zu einer Choreographie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vom Nachahmen einzelner Sprünge zum Verbinden zum eigenen Erarbeiten und Erfinden von Sprungfolgen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation einer Gruppenchoreographie mit verschiedenen Sprüngen/Schritten</li> <li>• Qualitative Überprüfung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Personalkompetenz</li> <li>• Sozialkompetenz</li> </ul>
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erarbeiten Gestaltungs- und Präsentationskriterien</li> <li>• entwickeln eine Choreographie mit Musik unter Berücksichtigung von Gestaltungsprinzipien und –kriterien</li> </ul>			
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• arbeiten kooperativ eine Choreographie aus.</li> <li>• bewegen sich synchron unter Berücksichtigung von Gestaltungsprinzipien und -kriterien</li> </ul>			

Unterrichtsschwerpunkt IV: **Laufen, Springen, Werfen**

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz Die Schülerinnen und Schüler können ....	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<p><b>Laufen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- im unteren Mittelstreckenbereich ein gleiches Lauftempo halten</li> <li>- in Fang - und Laufspielen ihre Start, Reaktions- und Beschleunigungsfähigkeiten optimal ausnutzen</li> <li>- ihre Bewegungen auch in hohem Lauftempo gut koordinieren</li> </ul> <p><b>Springen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ihre Sprungbewegungen koordinieren, insbesondere den ein und beidbeinigen Absprung</li> <li>- weitsprungspezifische Regeln für den leichtathletischen Wettkampf im Rahmen der Bundesjugendspiele verstehen und anwenden</li> <li>- ein - und beidbeinig nach Anlauf abspringen</li> <li>- ihre Absprungbewegungen auch in hohem Lauftempo gut koordinieren</li> </ul> <p><b>Werfen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ihre Wurfbewegungen koordinieren, insbesondere Stemmschritt und</li> <li>- in Verbindung mit kurzem Anlauf mit dem 80g Schlagball aus dem 3-er Rhythmus werfen</li> <li>- weitwurfspezifische Regeln für den leichtathletischen Wettkampf im Rahmen der Bundesjugendspiele verstehen und anwenden</li> <li>- zielgenau geradeaus Werfen</li> <li>- ein und beidhändig Werfen</li> <li>- aus dem Stand und dem 3er Rhythmus werfen</li> <li>- ihre Wurfbewegungen auch in Spielsituationen gut koordinieren</li> </ul>	<p><b>Laufen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausdauerndes Laufen: gleichmäßiges Tempo laufen (Jg. 5: bis 15 Minuten; Jg. 6: bis 30 Minuten)</li> <li>- Rhythmisches Laufen</li> <li>- Lauf ABC/ Koordinations- und Schrittschule (z.B. Koordinationsleiter, Schaumstoffquader)</li> <li>- Start mit anschließendem Sprint (10-15m) aus verschiedenen Positionen heraus auf unterschiedliche Signale hin</li> <li>- Situationsangepasste Laufgeschwindigkeit in Lauf- und Fangspielen</li> </ul> <p><b>Springen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- in die Weite und in die Höhe springen</li> <li>- messen und vergleichen</li> <li>- hinauf - und hinunterspringen ein - und beidbeiniges Abspringen mit und ohne Anlauf</li> <li>- Absprung vom Reutherbrett Überwinden von Hindernissen im Sprung</li> <li>- Progressiv gestaltete Sprungbahn</li> </ul>	<p><b>Laufen, Springen, Werfen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- die altersbedingte Forderung nach abwechslungsreichen, vielseitigen und reizvoll variablen Übungsangeboten sollte beachtet werden</li> <li>- Die SuS sollen Freude am ausdauernden Laufen entwickeln, spielerische Übungsformen für Laufen, Springen Werfen empfehlen.</li> <li>- z. B. Zeitschätzläufe, Staffelläufe, Knobelsprint, Turnbanksprint, Springen über Bananenkisten, Bänke und Kästen, Sprungstaffeln, Flatterballwurf in der Halle mit Zielvorgabe, Passgenaues Werfen</li> <li>- Medizinballstöße und Würfe</li> </ul>	<p><b>Personale Kompetenz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sich selbst und die eigenen Fähigkeiten realistisch einschätzen</li> <li>- (koordinative Fähigkeiten: Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit)</li> </ul> <p><b>Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Beobachtungen und Überlegungen konzentriert „auf den Begriff“ zu bringen</li> <li>- sich über Lernprozesse austauschen</li> </ul> <p><b>Analytische Kompetenz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- auf der Basis von Bewegungsbeobachtungen</li> </ul>

		<b>Werfen:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- in die Weite und zielgenau (z.B. Biathlon) werfen</li> <li>- Schlagwürfe mit verschiedenen Wurfgeräten ausführen</li> <li>- Werfen in der Bewegung mit verschiedenen Wurfgeräten</li> </ul>		Problemlösungen entwickeln <ul style="list-style-type: none"> <li>- kausale und finale Zusammenhänge aufdecken</li> </ul>
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<b>Laufen:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Übungsbedingungen für Sprint und Ausdauerläufe herstellen</li> <li>- ihr eigenes und das Laufvermögen der Gruppenmitglieder realistisch einschätzen</li> <li>- laufspezifische Regeln für den leichtathletischen Wettkampf im Rahmen der Bundesjugendspiele verstehen und anwenden</li> </ul> <b>Springen:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- unter Anleitung angemessene Übungsbedingungen herstellen</li> <li>- beim Weitsprung ihren Anlauf festlegen und einteilen</li> <li>- ihre persönliche Sprungkraft bei unterschiedlichen Anforderungen realistisch einschätzen</li> <li>- ihr Bewegungsvermögen realistisch einschätzen und situationsabhängig handeln</li> <li>- Risiken bewerten und für sich selbst als An- oder Überforderung erkennen mit Gefühlen der Angst (auch und gerade bei MitschülerInnen) und Mut umgehen</li> </ul> <b>Werfen:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ihre persönliche Wurfkraft bei unterschiedlichen Anforderungen realistisch einschätzen</li> <li>- ihr Bewegungsvermögen realistisch einschätzen und situationsabhängig handeln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ihr eigenes und das Laufvermögen der Gruppenmitglieder realistisch einschätzen</li> <li>- ihr eigenes und das Sprungvermögen der Gruppenmitglieder realistisch einschätzen</li> <li>- Bewegungsausführung nach vereinbarten Kriterien beurteilen</li> </ul>	Übungsformen sind so zu gestalten, dass Möglichkeiten zur Entwicklung der personalen und sozialen Kompetenz im Rahmen von Gruppenwettkämpfen und -aufgaben gegeben sind	
Teamkompetenz	<b>Laufen:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kooperieren, Wettkämpfen und sich verständigen einen Ausdauer- oder Sprintwettkampf als Gruppenwettkampf</li> </ul>	<b>Laufen:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Partner und Gruppenläufe</li> </ul>	Übungsformen sind so zu gestalten, dass Möglichkeiten zur Entwicklung der personalen und	-

	<p>auf der Grundlage eines gemeinsam entwickelten Konzepts durchführen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leistungsunterschiede konstruktiv berücksichtigen</li> </ul> <p><b>Springen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- einen Sprungwettkampf als Gruppenwettkampf auf der Grundlage eines gemeinsam entwickelten Konzept durchführen</li> </ul> <p><b>Werfen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- einen Wurfwettkampf als Gruppenwettkampf auf der Grundlage eines gemeinsam entwickelten Konzepts durchführen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Läufe in verschiedenen Sozial und Ordnungsformen</li> <li>- Staffellaufen (Pendel-, Umkehr, Endlosstaffel)</li> </ul> <p><b>Springen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Springen als Wettkampf und Spielform in verschiedenen Sozial- und Ordnungsformen (Sprunggarten)</li> </ul> <p><b>Werfen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Werfen als Wettkampf und Spielform in verschiedenen Sozial – und Ordnungsformen (Wurfparcour, Hallenbiathlon etc.)</li> <li>- Werfen und Fangen in Einzel- und Partnerübungen mit unterschiedlichen Wurfobjekten zur Koordinationsschulung</li> </ul>	<p>sozialen Kompetenz im Rahmen von Gruppenwettkämpfen und -aufgaben gegeben sind</p>	
--	---	---	---	--

Unterrichtsschwerpunkt V: **Bewegen im Wasser** (Schwimmen)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz Die Schülerinnen und Schüler...	Arbeitsformen und Lernwege	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erlernen und verbessern das Gleiten und die Wasserlage mit Kraulbeinschlag in Brustlage unter Verwendung eines Schwimmbrettes</li> <li>• erlernen und verbessern die Armbewegung in Wechselzugtechnik unter Verwendung eines Pull Buoy</li> <li>• erlernen und verbessern das regelmäßige Einatmen über Wasser und das Ausatmen im Wasser</li> <li>• erlernen und verbessern die Koordination von Armbewegungen und Beinschlägen der Kraultechnik</li> <li>• schwimmen eine Strecke von 25m in Kraultechnik</li> <li>• erlernen und verbessern die Grundform des Startsprungs</li> <li>• erfahren eine Hinführung zum Tief- und Streckentauchen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• spielerische Formen zur Verbesserung der Wasserlage und des Vortriebs mit Noodles und Brettern mit und ohne Partner</li> <li>• spielerische Formen zur Verbesserung der Schwimmdauer, z.B. Schwimmpuzzles</li> <li>• spielerische Verbesserung der Koordination und Ausdauer, z.B. Würfelschwimmen</li> <li>• Kombinations- und Kontrastschwimmen</li> <li>• Isoliertes Üben von Armzug und Beinbewegung</li> <li>• Abschlagschwimmen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniküberprüfung des Brustkrauls: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gleitlage/Wasserlage</li> <li>2. Beinbewegung</li> <li>3. Armbewegung</li> <li>4. Atmung</li> </ol> </li> <li>• Überwindung einer Strecke von 25 m</li> <li>• schwimmend eine möglichst große Strecke in 15 min zurücklegen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leitideen: Gesundheit und Körperwahrnehmung</li> <li>• Personale Kompetenz, besonders im Bereich der Selbstwahrnehmung und Selbstkompetenz</li> </ul>
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• experimentieren mit Bewegungsmöglichkeiten, um Vortrieb im und unter Wasser in Bauchlage erzeugen zu können,</li> <li>• schwimmen ausdauernd eine möglichst große Strecke in 15 min in einer selbstgewählten Technik</li> <li>• nehmen anhand eines Beobachtungsbogens die Kraultechnik der Mitschülerinnen und Mitschüler wahr, grobe Fehler erkennen und diese rückmelden</li> <li>• schätzen ihre eigene Tauchtiefe und Tauchweite realistisch ein</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchpuzzles</li> <li>• Hinführung zur Selbst- und Fremddrettung</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Methodenkompetenz</li> </ul>
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geben unter Beachtung der Feedbackregeln Mitschülerinnen und Mitschülern konstruktive Hinweise zur eigenen Bewegung</li> <li>• nehmen Hinweise an und versuchen diese umzusetzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hinführung zur Selbst- und Fremddrettung</li> <li>• Beobachtungsbögen zur Kraultechnik</li> </ul>		

Unterrichtsschwerpunkt VI: **Mit und gegen Partner kämpfen – Ringen und Raufen** (Klasse 6)

Kompetenzbereich	Standard (Fachkompetenz) Die Schülerinnen und Schüler .....	Arbeitsformen und Lernwege	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• spielen und kämpfen mit- und gegeneinander.</li> <li>• erweitern ihre konditionellen und koordinativen Fähigkeiten, u.a. ihre Kraftausdauer und ihre Gleichgewichtsfähigkeit.</li> <li>• Kontrollieren den eigenen Körper im Flug und bei der Landung</li> <li>• Eigene Kräfte und fremde Gegenkräfte wahrnehmen und mit beiden experimentieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfe um Gegenstände</li> <li>• Kämpfe in Gruppen</li> <li>• Kämpfe mit dem Partner</li> <li>• Kämpfe gegen den Partner</li> <li>• Fallschulung anhand methodischer Übungsreihen und verschiedener Materialien (Weichboden, Pezziball, Partnerunterstützung)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Max. Überprüfung der Falltechniken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Personalkompetenz</li> </ul>
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nehmen angreifenden Kräften durch geschicktes Ausweichen die Wirkung</li> <li>• reflektieren ihr Bewegungs- und Körpererfahrungen.</li> <li>• benennen Risiken und erstellen daraus Regeln für das Ringen und Raufen.</li> <li>• stellen sich Herausforderungen, wie dem engem Körperkontakt mit anderen.</li> <li>• Durch antizipiertes Fallen Verletzungen vermeiden</li> <li>• Gehen angemessen mit der Kraft umgehen</li> </ul>			
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kennen die Regeln des Ringen und Raufens und halten sich an diese.</li> <li>• verhalten sich fair und respektvoll im Mit- und Gegeneinander.</li> <li>• lösen Konflikte selbstständig.</li> <li>• kooperieren in Gruppen- und Partnerarbeit unabhängig von Geschlecht und Leistungsstand.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflektieren, Einhaltung der Regeln und Selbststeuerung durch Partner-, Selbst- und Gruppenrückmeldung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sozialkompetenz</li> </ul>

**Übersicht Jahrgangsstufen 7 und 8**

Inhaltsfelder (analog zum Kerncurriculum)	Besonderheiten auf einem Blick	Leistungsnachweise
I. Spielen	<p>Klasse 7: Kleinfußball</p> <p>Klasse 7: Minivolleyball</p> <p>Klasse 7: Badminton Klasse 8: Vertiefung Basketball</p> <p>Klasse 8: Hockey</p>	<p>Klasse 7: <b>Fb:</b> Überprüfung der Techniken Dribbeln, Passen, Torschuss sowie Spiel 5:5 <b>Vb:</b> Überprüfung oberes Zuspiel in Einzel- oder Partnerform sowie Zusammenspiel innerhalb einer Mannschaft im 3:3/4:4</p> <p>Klasse 8: <b>Bad:</b> Drop, Clear, Hoher Aufschlag <b>Bb:</b> Überprüfung Korbwurftechnik sowie Spiel 5:5 <b>Hock:</b> Überprüfung der Dribbling-, Pass- und Torschusstechnik</p>
II. Bewegen an und mit Geräten	<p>Klasse 7: Einführung Barren oder Vertiefung Reck Klasse 8: Parcours, fakultativ: Toprope-Klettern</p>	<p>Klasse 7: entweder Barren oder Reck <b>Barren:</b> Spielerische Wettkampfformen zum Vorschwingen und Überprüfung Stützaufnahme, Vorschwung, Rückschwung und Abgang zum Stand in Grobform <b>Reck:</b> Überprüfung des Felgaufschwungs und Unterschwungs mit beidbeinigem Abstoß sowie zusätzlicher freiwilliger Techniken</p> <p>Klasse 8: <b>Parcours:</b> Durchführung eines vorgegebenen Parcours mit freier Auswahl der Techniken <b>Klettern:</b> Abnahme des Toprope-Scheins (optional) oder Techniküberprüfung von Teilelementen</p>
III. Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten		

**Kommentiert [JH1]:** verstehe ich nicht

RGS: Kompetenzorientiertes Fachcurriculum **Sport**

<p>IV. Laufen, Springen, Werfen</p>	<p>Klasse 7: - Tiefstart, Überlaufen von Hindernissen, Vertiefung Weitsprung</p> <p>Klasse 8: - Vertiefung Hochsprung, Staffellauf, Einf. Speerwurf</p>	<p>Klasse 7</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 800/1000m Lauf</li> <li>- Start mit anschließendem Sprint (50/75m)</li> <li>- Zonenweitsprung</li> <li>- Weitwurf und zielgenaues werfen (z.B. Biathlon)</li> </ul> <p>Klasse 8</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 800/1000m Lauf</li> <li>- Start mit anschließendem Sprint (50/75m)</li> <li>- Hochsprung mit der Floptechnik messen und vergleichen</li> <li>- Techniküberprüfung des Speerwurfs</li> </ul>
<p>VII. Den Körper trainieren, die Fitness verbessern</p>	<p>Verteilt auf andere Inhaltsfelder</p>	

Unterrichtsschwerpunkt I: **Spielen** Jahrgangsstufe 7 (Kleinfeldfußball)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz Die Schülerinnen und Schüler können	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	In sportlichen Handlungssituationen auch wettkampfbezogen – anforderungsgemäß reagieren: <ul style="list-style-type: none"> <li>- mit- und gegeneinander spielen</li> <li>- ins Ziel treffen, Vorteile herausspielen</li> <li>- Behinderungen durch den Gegner umgehen, Anbieten und Orientieren im Spielraum</li> <li>- Freilaufen</li> <li>- Tore verhindern, Zusammenspiel stören</li> <li>- verschiedene Pass-, Torschuss- und Dribbeltechniken anwenden</li> </ul>	Spielüberprüfung <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lernende demonstrieren ihr Angriffs- und Abwehrverhalten</li> <li>- Situationsgerechte Anwendung der angepassten Regeln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spiele mit vereinfachten Regeln</li> <li>- Einzel-/Partner-/Kleingruppenübungen zum Dribbeln, Passen, Torschuss (Passviereck, Torschussspiele, Dribbel-Parcours/Kleine Spiele)</li> </ul>	Lernkompetenz
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- das eigene Bewegungsvermögen realistisch einschätzen, reflektieren und situationsbezogen handeln</li> <li>- Strategien zur Affektbeherrschung und -kanalisierung bei der unmittelbaren körperlichen Auseinandersetzung im Mit- und Gegeneinander benennen und situationsbezogen einsetzen</li> <li>- Grundregeln Fußball benennen und situationsgerecht anwenden</li> <li>- Taktikverhalten und Zusammenspiel der Mannschaft reflektieren und verbessern.</li> </ul>	Techniküberprüfung: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Torschusstechnik</li> <li>- Pass</li> <li>- Dribbeltechnik(en)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- SuS schiedsrichtern ihre Spiele selbst. Sie erkennen die Schwierigkeiten sowie Funktion des Schiedsrichters und können diese reflektieren.</li> </ul>	Personalkompetenz Sozialkompetenz
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sich fair verhalten, sowohl bei Erfolgs- als auch Misserfolgserlebnissen</li> <li>- dem Fußball zugrundeliegende elementare Regeln und Vorschriften erläutern, einhalten und gezielt verändern</li> <li>- sportliche Wettbewerbssituationen organisieren und regeln, Konflikte analysieren und konstruktiv lösen, alle Mitspieler ins Spiel bringen und aktiv in Spielabläufe einbeziehen</li> <li>- sich im Spiel gegenüber den Mitspielern und der gegnerischen Mannschaft fair verhalten</li> <li>- sich aktiv an der Lösung spieltaktischer Probleme beteiligen</li> </ul>	Schiedsrichtertätigkeit	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Austauschmöglichkeiten innerhalb einer Mannschaft vorsehen, um spieltaktische Lösungen gemeinsam besprechen und finden zu können</li> <li>- Konfliktlösungsstrategien (zeigen)</li> </ul>	Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit

Unterrichtsschwerpunkt I: **Spielen** Jahrgangsstufe 7 (Minivolleyball)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz) Die Schülerinnen und Schüler können	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	In sportlichen Handlungssituationen anforderungsgemäß reagieren: <ul style="list-style-type: none"> <li>- zielgenaues oberes Zuspiel</li> <li>- Technik des oberen Zuspiels mit korrekter Hand- und Armhaltung, Körperstreckung und Position zum Ball</li> <li>- Schnelles und präzises Laufen zum Ball</li> </ul>	<p>Spielüberprüfung</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lernende demonstrieren ihr Zuspielverhalten im 3:3/4:4</li> </ul> <p>Techniküberprüfung</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Überprüfung oberes Zuspiel in Einzel- oder Partnerform sowie Zusammenspiel innerhalb einer Mannschaft im 3:3/4:4</li> <li>- Ausführung von korrekter Hand- und Armhaltung, Körperstreckung und Position zum Ball</li> <li>- Schnelles und präzises Laufen zum Ball</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ball über die Schnur mit unterschiedlichen Bällen (Luftballons/Softbällen)</li> <li>- Einzelspiel an die Wand</li> <li>- Partner- und Kleingruppenübungen (Schweinchchen in der Mitte/Staffelformen)</li> <li>- Demonstration der Techniken (medial/Lehrerbzw. Schülerdemonstration)</li> </ul>	Lernkompetenz
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Antizipation der Flugbahn</li> <li>- Orientieren im Spielraum und eigenen Raum absichern</li> <li>- das eigene Bewegungsvermögen sowie das der Mitschüler realistisch einschätzen, reflektieren und situationsbezogen handeln</li> <li>- gezielte Anpassung der Regeln und Feldgrenzen nach Leistungsstand und Einhaltung r</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausführung von korrekter Hand- und Armhaltung, Körperstreckung und Position zum Ball</li> <li>- Schnelles und präzises Laufen zum Ball</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beschreibung von korrekter Ausführung des oberen Zuspiels</li> <li>- Partnerbeobachtungen und -korrektur</li> </ul>	Personale Kompetenz Sozialkompetenz Analytische Kompetenz
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- (dreimaliges) Zusammenspiel im eigenen Feld</li> <li>- Miteinander spielen</li> <li>- sich im Spiel gegenüber den Mitspielern und der gegnerischen Mannschaft fair verhalten</li> <li>- sich aktiv an der Lösung spieltaktischer Probleme beteiligen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schnelles und präzises Laufen zum Ball</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Austauschmöglichkeiten innerhalb einer Mannschaft und Klasse vorsehen, um spieltaktische und regelbasierte Lösungen gemeinsam besprechen und finden zu können</li> </ul>	Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit

Unterrichtsschwerpunkt I: **Spiele** (Einführung Badminton)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz Die Schülerinnen und Schüler ...	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- verbessern ihre Hand-Augen-Koordination, indem sie mit verschiedenen Geräten im Stand und in der Bewegung üben</li> <li>- erfahren die Bewegungsabläufe im Badmintonspiel und setzen diese situationsangemessen um</li> <li>- erfahren verschiedene Griffe beim Badminton und setzen diese situationsangemessen um</li> <li>- kennen die Grundschläge (VH-Unterhand-Clear, Unterhand-Drop, VH-Überkopf-Clear) und wenden diese situationsangemessen in der Grobform an</li> <li>- beherrschen den hohen Aufschlag in der Grobform</li> </ul>	<p><b>Quantitative Überprüfung</b> (Anzahl der erfolgten Kontakte mit dem Gerät individuell und in der Gruppe bis zum Wettkampfmodus)</p> <p><b>Qualitative Überprüfung</b> (Clear, Spiel am Netz, Hoher Aufschlag)</p>	<p><b>Generelles Übungsprinzip des Miteinander-und Voneinanderlernens.</b> <b>Übungen zur Gewöhnung von Ball – Schläger. Verschiedene Vorübungen zu Schlagtechniken spielerisch erlernen</b> Übungsmodus: individuell, paarweise, etc. (ohne Wettkampf, wettkampfbezogen)</p> <p>Jongliertücher, Luftballons, Bambinibälle, Fangvariationen des BM-Balls, Speckbrett, Indika, ohne/mit visueller Orientierung, Fangen auf verschiedenen Ebenen (Überkopf, Schulter-, Hüft-, Knie-, Fußhöhe). Übungsmodus: Gestaltung von kleinen und großen Gruppen (Nummernspiele) im Wettkampfmodus</p>	<p>In Gruppen- und Partnerarbeit kooperieren. Technische und taktische Lösungswege erlernen, können und reflektieren</p>
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wenden verschiedene Griffe, Schläge und Beinarbeit situationsangemessen im Spiel und in Übungsphasen an</li> <li>- kennen die Regeln im Einzel- und Doppelspiel und wenden diese an</li> <li>- erfahren Taktiken und wenden diese in der Grobform an</li> </ul>	<p>Schülerhandout: Lückentext zum Thema ergänzen</p> <p>Kontrolle im Spielverhalten</p> <p>Standardisierte Technikbeobachtung nach Vorgaben in Gruppenarbeit</p>		
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- spielen mit- und gegeneinander</li> <li>- verhalten sich fair</li> <li>- organisieren und regeln Wettbewerbssituationen</li> <li>- geben sich gegenseitig Feedback</li> <li>- arbeiten kooperativ mit einem Partner zusammen</li> </ul>			

Kommentiert [JH2]: Spalte geändert

Unterrichtsschwerpunkt Turnen: (Einführung Barren, Weiterführung Reck)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz Die Schülerinnen und Schüler...	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<p><b>Barren</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- stützen dynamisch und statisch auf dem Gerät</li> <li>- schwingen in verschiedenen Varianten am Gerät</li> </ul> <p><b>Reck</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anwenden des Ristgriffs bei Felgaufschwung, Umschwung (leistungsdifferenziert) und Unterschwingung</li> <li>- Koordination des Schwungholens mit den Beinen und des Hüfteinsatzes</li> </ul>		<p><b>Barren</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wandern im Liegestütz mit Körperzusammenschluss mit/ohne kleiner Kasten und verschiedenen Liegestützformen</li> <li>• Demonstration des Übungsgerräts</li> <li>• Wandern auf den Holmen schräg/Stufe</li> <li>• Gerätehilfen mit Kasten</li> <li>• Alternative Geräte mit Kastengasse</li> </ul>	
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<p><b>Barren</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- erfahren verschiedene Körperlagen beim Stützen und Schwingen</li> <li>- kennen die Griffarten und Körperpositionen auf dem Gerät</li> <li>- stellen die Holme für ihre Bedürfnisse ein</li> <li>- nutzen Gerätehilfen zum Erlernen und Sichern von Übungen am Barren</li> </ul> <p><b>Reck</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kennen die richtige Griffart</li> <li>- erkennen und erfahren die Bedeutung des Schwungholens mit den Beinen mit anschließender Annäherung der Hüfte an die Stange zur Erhöhung der Rotationsgeschwindigkeit</li> <li>- nutzen Gerätehilfen zum Erlernen und Sichern von Übungen am Reck</li> </ul>	<p><b>Barren</b></p> <p>Spielerische Wettkampfformen zum Vorschwingen</p> <p>Überprüfung Stützaufnahme, Vorschwing, Rückschwung und Abgang zum Stand in Grobform</p> <p><b>Reck</b></p> <p>Überprüfung des Felgaufschwungs und Unterschwungs mit beidbeinigem Abstoß sowie zusätzlicher freiwilliger Techniken</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vor- und Rückschwung mit Landen der Füße auf den Holmen und Abgang vorlings zum Stand</li> <li>• Stützaufnahme, Vorschwing, Rückschwung und Abgang zum Stand</li> </ul> <p><b>Reck</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufschwung: Matte oder schräges Kastenteil hochlaufen, kleinen Kasten als Aufschwunghilfe, Aufschwung mit Partnerhilfe</li> <li>• Umschwung: Seil zur Unterstützung der Umschwungbewegung, Partnerhilfen</li> <li>• Unterschwing: Laufen im Hang (evtl. mit Schersprung), Verbesserung der Flugkurve durch Partnerhilfe</li> </ul>	<p>Teamkompetenz durch Partnerarbeit</p> <p>Personale Kompetenz</p>
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- helfen und sichern sich gegenseitig.</li> </ul>			

Kommentiert [JH3]: Spalte geändert

Kommentiert [JH4]: Spalte geändert

Kommentiert [JH5]: verstehe ich nicht

Unterrichtsschwerpunkt IV: Laufen, Springen, Werfen Jahrgangsstufe 7 (Schwerpunkt: Tiefstart, Überlaufen von Hindernissen, Vertiefung Weitsprung)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<p><b>Laufen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Beginnen den Sprint im Tiefstart</li> <li>- Trainieren ihre Ausdauerfähigkeit durch Tempoläufe</li> <li>- Koordinieren ihren progressiven Anlauf beim Weitsprung</li> <li>- Koordinieren ihren Lauf beim Überqueren von Hindernissen</li> </ul> <p><b>Springen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Koordinieren ihre Sprungbewegungen, insbesondere den einbeinigen Absprung</li> <li>- weitsprungspezifische Regeln für den leichtathletischen Wettkampf im Rahmen der Bundesjugendspiele verstehen und anwenden</li> <li>- ihre Absprungbewegungen auch in hohem Lauftempo gut koordinieren</li> <li>- Anwendung der Schrittsprungtechnik</li> </ul> <p><b>Werfen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ihre Wurfbewegungen koordinieren, insbesondere Stemmschritt und</li> <li>- in Verbindung mit kurzem Anlauf mit dem 80g Schlagball aus dem 3-er Rhythmus werfen</li> <li>- weitwurfspezifische Regeln für den leichtathletischen Wettkampf im Rahmen der Bundesjugendspiele verstehen und anwenden</li> <li>- zielgenau geradeaus Werfen</li> <li>- ein und beidhändig Werfen</li> <li>- aus dem Stand und dem 3er Rhythmus werfen</li> <li>- ihre Wurfbewegungen auch in Spielsituationen gut koordinieren</li> </ul>	<p><b>Laufen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 800/1000m Lauf</li> <li>- Start mit anschließendem Sprint (50/75m)</li> </ul> <p><b>Springen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- in die Weite springen (Zone) nach progressivem Anlauf</li> <li>- messen und vergleichen</li> </ul> <p><b>Werfen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- in die Weite und zielgenau (z.B. Biathlon) werfen</li> </ul>	<p><b>Laufen, Springen, Werfen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- spielerische Übungsformen für Laufen, Springen, Werfen.</li> <li>- z. B. Zeitschätzläufe, Staffelläufe, Tempoläufe, Knobelsprint, Turnbanksprint, Springen über Bananenkisten, Bänke und Kästen, Sprungstafeln, Flatterballwurf in der Halle mit Zielvorgabe, Passgenaues Werfen</li> <li>- Medizinballstöße und Schlagwürfe mit verschiedenen Wurfgeräten ausführen</li> </ul>	<p><b>Personale Kompetenz</b></p>
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<p><b>Laufen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ihr eigenes und das Laufvermögen der Gruppenmitglieder realistisch einschätzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ihr eigenes und das Laufvermögen der Gruppenmitglieder realistisch einschätzen</li> </ul>	<p>Übungsformen sind so zu gestalten, dass Möglichkeiten zur Entwicklung der</p>	<p><b>Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit</b></p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- laufspezifische Regeln für den leichtathletischen Wettkampf im Rahmen der Bundesjugendspiele verstehen und anwenden</li> <li>- Abstände zwischen Hindernissen erkennen und anpassen</li> <li>- Entfernung der Weitsprunganläufe einschätzen, reflektieren und festlegen</li> </ul> <p><b>Springen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- unter Anleitung angemessene Übungsbedingungen herstellen und einschätzen</li> <li>- Sprungkraft bei unterschiedlichen Anforderungen realistisch einschätzen</li> </ul> <p><b>Werfen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ihr Bewegungsvermögen realistisch einschätzen, reflektieren und situationsabhängig handeln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ihr eigenes und das Sprungvermögen der Gruppenmitglieder realistisch einschätzen</li> <li>- Bewegungsausführung nach vereinbarten Kriterien beurteilen</li> </ul>	<p>personalen und sozialen Kompetenz im Rahmen von Gruppenwettkämpfen und -aufgaben gegeben sind</p>	
Teamkompetenz	<p><b>Laufen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- im Gruppenwettkampf kooperieren</li> <li>- Leistungsunterschiede konstruktiv berücksichtigen</li> </ul> <p><b>Springen/Wurf</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungsanalyse und –korrektur eines Partners</li> </ul>	<p><b>Laufen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Partner und Gruppenläufe</li> <li>- Läufe in verschiedenen Sozial und Ordnungsformen</li> <li>- Staffellaufen (Pendel-, Umkehr, Endlosstaffel)</li> </ul> <p><b>Springen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Springen als Wettkampf und Spielform in verschiedenen Sozial- und Ordnungsformen (Sprunggarten)</li> </ul> <p><b>Werfen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Werfen als Wettkampf und Spielform in verschiedenen Sozial – und Ordnungsformen (Wurfparcours, Hallenbiathlon etc.)</li> <li>- Werfen und Fangen in Einzel- und Partnerübungen mit unterschiedlichen Wurfobjekten zur Koordinationsschulung</li> </ul>	<p>Übungsformen sind so zu gestalten, dass Möglichkeiten zur Entwicklung der personalen und sozialen Kompetenz im Rahmen von Gruppenwettkämpfen und -aufgaben gegeben sind</p>	<b>Analytische Kompetenz</b>
<p><b>Vertiefung leichtathletischer Grundfertigkeiten II</b>  <b>Laufen über Hindernisse, Vertiefung Weitsprung</b></p>				
<p><b>Vertiefung leichtathletischer Grundfertigkeiten II</b>  <b>Hochsprung, Staffellauf, Speerwurf</b></p>				

Unterrichtsschwerpunkt I: **Spielen** Jahrgangsstufe 8 (Vertiefung Basketball)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz Die Schülerinnen und Schüler können	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	In sportlichen Handlungssituationen auch wettkampfbezogen – anforderungsgemäß reagieren: <ul style="list-style-type: none"> <li>- mit- und gegeneinander spielen</li> <li>- ins Ziel treffen, Vorteile herausspielen</li> <li>- Behinderungen durch den Gegner umgehen, Anbieten und Orientieren im Spielraum</li> <li>- Freilaufen</li> <li>- Punkte verhindern, Zusammenspiel stören</li> <li>- verschieden Pass- und Korbwurftechniken anwenden</li> <li>- Rebound holen und sichern</li> </ul>	Spielüberprüfung <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lernende demonstrieren ihr Angriffs- und Abwehrverhalten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spiele mit vereinfachten Regeln (Turmball, Brettball, Streetball)</li> <li>- Einzel-/Partner-/Kleingruppenübungen zum Dribbeln, Passen, Korbwurf (Passviereck, Dribbel-Parcours/Kleine Spiele)</li> </ul>	Lernkompetenz
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- das eigene Bewegungsvermögen realistisch einschätzen, reflektieren und situationsbezogen handeln</li> <li>- Strategien zur Affektbeherrschung und -kanalisierung bei der unmittelbaren körperlichen Auseinandersetzung im Mit- und Gegeneinander benennen und situationsbezogen einsetzen</li> <li>- Grundregeln Basketball benennen und situationsgerecht anwenden</li> <li>- Taktikverhalten und Zusammenspiel der Mannschaft reflektieren und verbessern</li> <li>- Reflexion des Spielverhaltens</li> </ul>	Techniküberprüfung: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Positionswurf und Korbleger</li> <li>- Passen</li> <li>- Dribbeltechnik(en)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- SuS schiedsrichtern ihre Spiele selbst. Sie erkennen die Schwierigkeiten sowie Funktion des Schiedsrichters und können diese reflektieren.</li> <li>- Erarbeitung, Einhaltung und Reflexion der Regeln</li> </ul>	Personalkompetenz Sozialkompetenz
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sich fair verhalten, sowohl bei Erfolgs- als auch Misserfolgserlebnissen</li> <li>- dem Basketball zugrundeliegende elementare Regeln und Vorschriften erläutern, einhalten und gezielt verändern</li> <li>- sportliche Wettbewerbssituationen organisieren und regeln, Konflikte analysieren und konstruktiv lösen, alle Mitspieler ins Spiel bringen und aktiv in Spielabläufe einbeziehen</li> <li>- Angriff- und Abwehrpositionen übernehmen und reflektieren</li> <li>- sich im Spiel gegenüber den Mitspielern und der gegnerischen Mannschaft fair verhalten</li> <li>- sich aktiv an der Lösung spieltaktischer Probleme beteiligen</li> </ul>	Schiedsrichtertätigkeit	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Austauschmöglichkeiten innerhalb einer Mannschaft vorsehen, um spieltaktische Lösungen gemeinsam besprechen und finden zu können</li> <li>- Konfliktlösungsstrategien (zeigen)</li> </ul>	Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit

Unterrichtsschwerpunkt I: **Spielen** Jahrgangsstufe 8 (Einführung Hockey)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz Die Schülerinnen und Schüler können	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	In sportlichen Handlungssituationen anforderungsgemäß reagieren: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vorhand- und Rückhandstoppen</li> <li>- Hohes und tiefes Stoppen</li> <li>- Vorhandschiebe-Pass/-Torschuss</li> <li>- Ballführung (Indian Dribbling, Vorhandführen)</li> <li>- Umspielen (Vorhand- und Rückhandziehen)</li> </ul>	Techniküberprüfung: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Technikparcours mit abschließendem Torschuss</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kleine Spiele mit vereinfachten Regeln zum Erwerb der Techniken (zum Beispiel Hütchentore mit Zuspiel)</li> <li>- Einzel-/Partner-/Kleingruppenübungen zum Dribbeln, Passen, Stoppen, Torschuss (Passviereck, Dribbel-Parcours, Kleine Spiele)</li> </ul>	Lernkompetenz
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gefahren einschätzen, reflektieren und minimieren (insbesondere regelgerechte Schlägerbenutzung)</li> <li>- Situationsgerechte Entscheidung der Schläger- und Handhaltung</li> <li>- Situationsgerechte Entscheidung der Stopptechnik</li> <li>- das eigene Bewegungsvermögen realistisch einschätzen, reflektieren und situationsbezogen handeln</li> <li>- Grundregeln im Hockey benennen und situationsgerecht anwenden</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erarbeitung, Einhaltung und Reflexion der Regeln und der Sicherheitsvorgaben</li> </ul>	Personalkompetenz Sozialkompetenz
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sich fair verhalten, sowohl bei Erfolgs- als auch Misserfolgserlebnissen</li> <li>- Angriff- und Abwehrpositionen übernehmen und reflektieren</li> <li>- sich im Zusammenspiel gegenüber den Mitspielern fair verhalten</li> </ul>		Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit	

Unterrichtsschwerpunkt II: Bewegen an und mit Geräten Jahrgangsstufe 8 (Parcours, fakultativ: Toprope-Klettern)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz Die Schülerinnen und Schüler können	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- in sportl. Handlungssituationen Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit anforderungsgemäß anwenden</li> <li>- Bewegungen anforderungsgemäß steuern und situationsadäquat variieren</li> <li>- Grundformen der Bewegungen bezogen auf die jeweilige Zielsetzung anwenden und gezielt im Rahmen der eigenen Möglichkeiten verbessern</li> <li>- Erwerb von Sicherungskompetenz</li> </ul> <p>Parcours</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungsanforderung unter Zeitdruck bewältigen</li> <li>- Situationsbezogen fallen und landen</li> </ul> <p>Klettern</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Verschiedene Griff- und Tritttechniken beim Bouldern erfahren, reflektieren und situationsbezogen anwenden</li> <li>- Gleichgewicht erfahren und stabilisieren</li> <li>- Richtiges Anlegen und Benutzen der Materialien</li> <li>- Sicherheitstechniken anwenden</li> </ul>	<p>Techniküberprüfung Parcours</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Durchführung eines vorgegebenen Parcours mit freier Auswahl der Techniken</li> </ul> <p>Techniküberprüfung Klettern</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Abnahme des Toprope-Scheins (optional) oder Überprüfung von Teilelementen</li> </ul>	<p>in Einzel- und Partnerübungen verschiedene Techniken des Parcours/Kletterns durchführen</p> <p>Parcours</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Klettern und Schwingen</li> <li>- Steigen, hangeln, klettern, schwingen an Gerätelandschaften/Kletterwand</li> <li>- Drehungen und Abgänge bei Sprüngen</li> </ul> <p>Klettern</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bouldern</li> <li>- Griff- und Tritttechniken erlernen</li> <li>- Sichern mit Hintersicherung</li> </ul>	Lernkompetenz
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungs- und Körpererfahrungen reflektieren</li> <li>- Risiken benennen, Gefahren vermeiden und Wagnisse kontrolliert eingehen</li> <li>- Das eigene Bewegungsvermögen realistisch einschätzen, reflektieren und situationsbezogen handeln</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stationen mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad erkennen und bewerten</li> <li>- Risiken und Wagnisse in der Gruppe besprechen und bewerten</li> </ul>	<p>Personalkompetenz</p> <p>Sozialkompetenz</p>
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kooperation und Kommunikation zwischen Sicherndem und Kletterer/Parcoursläufer</li> <li>- Konflikte selbstständig analysieren und konstruktiv lösen</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungslandschaften/Kletterrouten in Kleingruppen reflektieren und ggf. anpassen</li> <li>- Kommunikation zwischen Sicherndem und Kletterer einfordern</li> </ul>	<p>Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit</p>

**Unterrichtsschwerpunkt IV: Laufen, Springen, Werfen Jahrgangsstufe 8 (Schwerpunkt: Vertiefung Hochsprung, Staffellauf, Einführung Speerwurf)**

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<p><b>Laufen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Koordinieren die Übergabe des Staffelholzes</li> <li>-</li> </ul> <p><b>Springen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Koordination von Anlauf und Absprung</li> <li>- ihre Absprungbewegungen auch in optimalem Lauftempo gut koordinieren</li> <li>- Anwendung der Floptechnik</li> </ul> <p><b>Werfen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ihre Wurfbewegungen koordinieren</li> <li>- Stemmschritt</li> <li>- in Verbindung mit kurzem Anlauf mit dem Speer aus dem 3-er Rhythmus werfen</li> <li>- weitwurfspezifische Regeln für den leichtathletischen Wettkampf im Rahmen der Bundesjugendspiele verstehen und anwenden</li> <li>- zielgenau geradeaus Werfen</li> <li>- ein und beidhändig Werfen</li> <li>- aus dem Stand und dem 3er Rhythmus werfen</li> <li>- ihre Wurfbewegungen auch in Spielsituationen gut koordinieren</li> </ul>	<p><b>Laufen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 800/1000m Lauf</li> <li>- Start mit anschließendem Sprint (50/75m)</li> </ul> <p><b>Springen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mit der Floptechnik in die Höhe springen nach progressivem Anlauf messen und vergleichen</li> </ul> <p><b>Werfen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Techniküberprüfung des Speerwurfs</li> </ul>	<p><b>Laufen, Springen, Werfen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 8x50 o. 4x75m Staffellauf</li> <li>- Standwürfe, Steckwürfe, Zielwürfe, Aufgreifen Dreierhythmus des Schlagwurfs</li> </ul>	<b>Personale Kompetenz</b>
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<p><b>Laufen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ihr eigenes und das Laufvermögen der Gruppenmitglieder realistisch einschätzen</li> <li>- staffellaufspezifische Regeln für den leichtathletischen Wettkampf im Rahmen der Bundesjugendspiele verstehen und anwenden</li> <li>- Entfernung des Hochsprunganlaufs einschätzen, reflektieren und festlegen</li> </ul> <p><b>Springen:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ihr eigenes und das Laufvermögen der Gruppenmitglieder realistisch einschätzen</li> <li>- ihr eigenes und das Sprungvermögen der Gruppenmitglieder realistisch einschätzen</li> </ul>	<p>Springen über die Zauberschnur, aus dem Stand, Anlaufkurve vorgeben etc.</p> <p>Ziele beim Speerwurf anpassen</p>	<b>Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit</b>

RGS: Kompetenzorientiertes Fachcurriculum **Sport**

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- unter Anleitung angemessene Übungsbedingungen herstellen und einschätzen</li> <li>- Sprungkraft bei unterschiedlichen Anforderungen (Lattenhöhe) realistisch einschätzen</li> </ul> <p><b>Werfen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ihr Bewegungsvermögen realistisch einschätzen, reflektieren und anpassen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungskörperausführung nach vereinbarten Kriterien beurteilen</li> </ul>		
Teamkompetenz	<p><b>Laufen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- im Gruppenwettkampf kooperieren</li> <li>- Leistungsunterschiede konstruktiv berücksichtigen</li> <li>- Konflikte reflektieren und lösen</li> </ul> <p><b>Springen/Wurf</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungsanalyse und –korrektur eines Partners</li> </ul>	<p><b>Laufen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Partner- und Gruppenläufe</li> <li>- Staffellaufen (Pendel-, Umkehr, Endlosstaffel)</li> </ul> <p><b>Springen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Springen als Wettkampf</li> <li>- Technik- oder Leistungsüberprüfung</li> </ul> <p><b>Werfen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Werfen als Wettkampf und Spielform in verschiedenen Sozial – und Ordnungsformen</li> </ul>	Bewegungsanalyse, Selbst- und Fremdrelexion durch Videoanalyse, Partnerübungen	<b>Analytische Kompetenz</b> <b>Soziale Kompetenz</b>

**Übersicht Jahrgangsstufe 9 und 10**

	Besonderheiten auf einem Blick	Leistungsnachweise
I. Spielen	Klasse 9: Vertiefung Handball, Volleyball  Klasse 10: Vertiefung Fußball, Einführung Ultimate Frisbee, Vertiefung Badminton	Handball: Parteiballspiel Volleyball: Techniküberprüfung der Zuspiele Spielüberprüfung 4:4 Fußball: Parteiball- und Überzahlspiele Badminton: Qualitative Überprüfung einer Schlagkombination Kontrolle im Spielverhalten Ultimate: Technik- und Spielüberprüfung
II. Bewegen an und mit Geräten	Klasse 9: Weiterführung der Sprunghocke und Sprunggrätsche  Klasse 10: Vertiefung Klettern	Turnen: Qualitative Überprüfung des Hock- oder Grätschsprunges  Klettern: Grundlage: Vorgaben des Toprope-Scheins des DAV Schwierigkeit der Route
V. Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten	Klasse 9: Individuelle tänzerische Schwerpunktsetzung durch Lehrkraft (z.B. Jumpstyle, HipHop...)	Bewertung einer Gruppenchoreografie
VI. Laufen, Springen, Werfen	Klasse 9: Kugelstoßen, Hürdenlauf  K Klasse 10: Fünfkampf (Sprint, Weitsprung, Speer, Kugel, 800/1000 m)	Eine qualitative Überprüfung der Grobform: - der Kugelstoßtechnik aus der Stoßauslage <u>und/oder</u> aus dem Angleiten oder Angehen - des Hürdenlaufs mit 3 Schritt-Rhythmus Fünfkampf: quantitative Überprüfung
VII. Bewegen im Wasser		
VIII. Mit und gegen Partner kämpfen – Ringen und Raufen		
IX. Den Körper trainieren, die Fitness verbessern		

Unterrichtsschwerpunkt I **Spiele**: Jahrgangsstufe 9 (Vertiefung Volleyball)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vertiefende Wiederholung oberes und unteres Zuspiel</li> <li>- Hinführung zum Angriffsschlag</li> <li>- Aufschlag von unten und oben</li> </ul>	individuelle Techniküberprüfung der Zuspiele  <b>ODER</b>  Spiel 4:4 Badmintonfeld	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partnerarbeit, Spielen im Dreieck, Kleingruppenübungen</li> <li>- „Kleiner Meister am Ball“</li> <li>- Übungsformen Klett Sportiv Kopiervorlagen</li> <li>- Angriffsschlag: Zergliederungsmethode</li> </ul>	<b>Personal-kompetenz</b>
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- situationsgerechte Anwendung des Zuspiels</li> <li>- positions- und situationsgerechtes Abwehrverhalten</li> <li>- Absprache mit den Mitspielern</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kleingruppenspiele- Midivolleyball 4.4 Badmintonfeld</li> <li>- positionsgerechte Anwendung der Techniken im Spiel (Feldabwehr, Steller, Angriff)</li> </ul>	<b>Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit</b>
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Absprache mit den Mitspielern</li> <li>- Situationsgemäßes Zusammenspiel</li> <li>- Umgang mit Fehlern der Mitspieler</li> </ul>			<b>Analytische Kompetenz Soziale Kompetenz</b>

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wiederholung Passen, Laufen, Fangen</li> <li>- Schlagwurf, Sprungwurf, Hüftwurf; Tempogegenstoß</li> </ul>	Parteiballspiel	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parteiballspiele, Mattenturm- und Kastenball</li> </ul>	<b>Personal-kompetenz</b>
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anbieten, Freilaufen, Anspielen</li> <li>- Situationsgerechtes Abspiele oder Torabschluss</li> <li>- Abwehrsysteme 3:3 evtl. 5:1 und 6:0</li> <li>- 2er-Wechsel</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- „Eierlegen“</li> <li>- Überzahlspele auf ein Tor (3:1, 3:2, 4:2, 4:3 usw.)</li> <li>- Überschlagspele auf größeres Feld oder Kleinfeld Outdoor</li> </ul>	<b>Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit</b>
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zusammenspiel in Angriff und Abwehr</li> <li>- Mannschaftsdienliches und zielgerichtetes Spielverhalten</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-</li> </ul>	<b>Analytische Kompetenz Soziale Kompetenz</b>

Unterrichtsschwerpunkt I **Spiele**: Jahrgangsstufe 10 (Vertiefung Fußball)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- den Ball sicher in den eigenen Reihen halten (Passen, Ballan- und -mitnahme, Ballverluste minimieren)</li> <li>- Spiel (5:5 ohne feste Torhüter), Endzonenspiele</li> <li>- 3-Tore-Passspiel (5:5 mit Freilaufen und Ballannahmen)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ins Ziel treffen, Vorteile herausspielen, mit Gegnerbehinderung umgehen, Anbieten und Orientieren im Spielraum, Tore/ Punkte verhindern, Zusammenspiel stören, z.B. im Parteiballspiel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Komplexität erhöhen, Regelkonformität herstellen, Kleinfeldspiele bevorzugen. Spiele auswählen, die unterschiedliche Schwerpunkte akzentuieren, Spielerfahrungen in unterschiedlichen Spielformen sammeln</li> </ul>	<b>Personalkompetenz</b>
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Abwehrverhalten bezogen auf die zugrundeliegenden Spielabläufe anwenden</li> <li>- sinnvoll Räume aufteilen (Anbieten, Freilaufen, Passen)</li> <li>- Spiel 5:5 auf zwei Offentore (=zwei Tore angreifen, zwei Tore verteidigen)</li> <li>- Überzahlspiele</li> <li>- Spiele mit neutralem Spieler mit Vorteil im Angriff</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- z.B. mit Überzahlsituationen im 4:3 und 5:3 angemessen umgehen</li> <li>- Regelkenntnisse bezogen auf taktische Handlungsmöglichkeiten umsetzen</li> <li>- Kenntnisse zum fairen Verhalten (miteinander spielen, Konflikte lösen)</li> <li>- Schiedsrichter Tätigkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Situationsangemessene Übernahme von Spielpositionen,</li> <li>- selbstständiges Bilden von Mannschaften und Gruppen,</li> <li>- auf der Grundlage von Bewegungsbeobachtungen Bewegungskorrekturen durchführen</li> </ul>	<b>Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit</b>
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ihre Mitspieler ins Spiel bringen und aktiv in Spielabläufe einbeziehen</li> <li>- sich im Spiel gegenüber den Mitspielern und der gegnerischen Mannschaft fair verhalten • sich aktiv an der Lösung spieltaktischer Probleme beteiligen.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Austauschmöglichkeiten vorsehen, um spieltaktische Lösungen gemeinsam zu besprechen und finden zu können</li> <li>- Angreifen und Abwehren mit regelgerechten Mitteln (Fair-play)</li> </ul>	<b>Analytische Kompetenz</b> <b>Soziale Kompetenz</b>

Unterrichtsschwerpunkt I: **Spielen** Jahrgangsstufe 10 (Ultimate Frisbee)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz Die Schülerinnen und Schüler können	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundformen der Bewegungen bezogen auf die jeweilige Zielsetzung anwenden und gezielt im Rahmen der eigenen Möglichkeiten verbessern</li> <li>- Bewegungsanforderungsgemäß steuern und situationsadäquat variieren</li> <li>- Bewegungsanforderungen unter Präzisions-, Zeit- und Variabilitätsdruck bewältigen</li> <li>- Mit- und gegeneinander spielen</li> </ul>	<p>Überprüfung der Technik durch Zielwürfe (Partner- oder Einzelübungen)</p> <p>Spielüberprüfung mit Berücksichtigung von Fairplay, Regelerhaltung und taktischem Verhalten</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erarbeitung und Lernen der Wurf- und Fangtechnik (Vorhand-, Rückhandwurf, einhändiges und beidhändiges Fangen)</li> <li>- Bewegungen mit und ohne Frisbee (auch unter Zeit- und Präzisionsdruck)</li> </ul>	Lernkompetenz
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungs- und Körpererfahrungen reflektieren</li> <li>- Ein fachbezogenes Repertoire an Methoden und Strategien zur Gestaltung von Bewegungssituationen selbstständig nutzen</li> <li>- Das eigene Bewegungsvermögen realistisch einschätzen, reflektieren und situationsbezogen handeln</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verschiedene Spielformen zum Erlernen und Verbessern der Technikausführung und der Teamarbeit</li> <li>- Eigene und fremde Ausführung von Techniken kriteriengeleitet reflektieren</li> </ul>	<p>Personale Kompetenz</p> <p>Sozialkompetenz</p> <p>Analytische Kompetenz</p>
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die den betriebenen Sportarten zu Grunde liegenden Regeln und Wettkampfvorschriften erläutern, einhalten und gezielt verändern</li> <li>- Anforderungsgemäß Rollen einnehmen, ausfüllen und akzeptieren</li> <li>- Sich fair verhalten, auch bei Erfolgs- und Misserfolgserlebnissen</li> <li>- Konflikte selbstständig analysieren und konstruktiv lösen</li> <li>- Anforderungsbezogen kooperieren, Arbeits-, Gruppen- und Bewegungsprozesse konstruktiv reflektieren</li> <li>- Sportliche Wettbewerbssituationen selbstständig organisieren und regeln</li> <li>- Interessens- und Leistungsunterschiede auch unter Genderaspekten konstruktiv berücksichtigen</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gemeinsames Spielen mit und ohne Gegner</li> <li>- Regeln und Spielfelderteilung gemeinsam gestalten und reflektieren</li> </ul>	<p>Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit</p>

Unterrichtsschwerpunkt I: **Spiele** Jahrgangsstufe 10 (Badminton)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz) Die Schülerinnen und Schüler können	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen (Schwerpunkte)
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- erlernen taktisches Verhalten in Angriff und Abwehr (Einzel: Bedeutung der Zentralposition (ZP) und Beinarbeit, Zwingen des Gegners aus der ZP durch Variation von langen und kurzen Schlägen; Doppel: vereinfachte Spielsysteme wie vorne/hinten, Seite/Seite)</li> <li>- Verbessern die dazu notwendigen Grundschläge und ihre situationsangemessene Anwendung im Spiel</li> <li>- Erlernen den Angriffsschlag</li> <li>- kontrollieren bei allen Schlägen die richtige Griffhaltung (V-Griff)</li> </ul>	<p>Qualitative Überprüfung einer Schlagkombination</p> <p>Kontrolle im Spielverhalten</p>	<p>Generelles Übungsprinzip des Miteinander- und Voneinanderlernens</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diverse Spiel- und Wettkampfformen (Kaiserturniere, Big point-Spiele, ...)</li> <li>- Taktikgeleitetes Üben der Grundschläge</li> <li>- individuelle Korrektur der Griffhaltung und Technik, bzw. Partnerkorrektur; Gegensatzerfahrung</li> <li>- Übungen zur Verbesserung der Koordination von Bein und Arme, sowie zur Hand-Auge-Koordination</li> <li>- Verknüpfung der Grundschläge in Schlagkombinationen (z.B. lang-kurz-kurz-lang, lang-lang-kurz-kurz)</li> <li>- Kriteriengeleitete Partnerbeobachtung und Rückmeldung</li> </ul>	<p>In Gruppen- und Partnerarbeit kooperieren. Technische und taktische Lösungswege im Doppel und Einzel erlernen, können und reflektieren</p>
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kennen die Regeln im Einzel- und Doppelspiel und wenden diese an</li> <li>- Können verschiedene Taktiken benennen und situationsadäquat anwenden</li> <li>- Erkennen und reflektieren die Bewegungsmerkmale der Grundschläge</li> </ul>			
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielen mit- und gegeneinander</li> <li>- Verhalten sich fair</li> <li>- Organisieren und regeln Wettbewerbssituationen</li> <li>- Geben sich gegenseitig Feedback</li> <li>- Arbeiten kooperativ mit einem Partner zusammen</li> </ul>			

Unterrichtsschwerpunkt II **Bewegen an und mit Geräten**: Jahrgangsstufe 9 (Weiterführung Sprunghocke und Sprunggrätsche)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz) Die Schülerinnen und Schüler...	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verbessern ihre Mobilität und Stützkraft, sowie Sprungkoordination</li> <li>- Erlernen den beidbeinigen Absprung vom Sprungbrett und können dabei den Übergang vom einbeinigen Absprung vor dem Brett zum beidbeinigen Absprung auf dem Brett koordinieren</li> <li>- Erlernen den Hock- und Grätschsprung über den Kasten oder Bock</li> </ul>	Qualitative Überprüfung des Hock- oder Grätschsprunges	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spiele und Übungen zur Verbesserung der Stützkraft</li> <li>- Vorübungen zum beidbeinigen Absprung (spielerisch, partnerweise, vom Boden zum Sprungbrett übergehend)</li> <li>- Parcour aus verschiedenen hohen Hindernissen (kleine, hohe, lange, kurze Kästen), die mit (Grätsch-)Sprüngen überwunden werden sollen</li> <li>- Methodische Reihen zur Hinführung zum Hock- und Grätschsprung über den Kasten oder Bock unter Einsatz von Geräte- und Partnerhilfen</li> <li>- Zur Differenzierung: Sprung über Quer- oder Längskasten, Einzel- oder Doppelbock</li> </ul>	Teamkompetenz durch Partnerarbeit Personale Kompetenz
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erkennen und reflektieren die Bewegungsmerkmale der verschiedenen Sprungtechniken</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kriteriengeleitete Partnerbeobachtung und Rückmeldung</li> </ul>	
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Helfen und sichern sich gegenseitig</li> </ul>			

Unterrichtsschwerpunkt II **Bewegen an und mit Geräten**: Vertiefung Klettern (Jahrgangsstufe 10)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Toprope, Abseilen (evtl. Vorstieg)</li> <li>- Vertikale, Verschneidung, Überhang, Kamin</li> <li>- Froschtechnik, Piazzen, Antreten, Fußwechsel, Eindrehen etc.</li> <li>- Sicherungstechniken (NUR: GriGri, Smart)</li> <li>- Einbinden (direkt)</li> <li>- Sturztraining</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundlage: Vorgaben des Toprope-Scheins des DAV</li> <li>- Schwierigkeit der Route</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sicherheitsbelehrung!!</li> <li>- Materialkunde</li> <li>- Umgang mit dem Seil und den Sicherungsgeräten, Knoten</li> <li>- Spiele an der Boulderwand</li> <li>- 2er / 3er-Teams</li> <li>- Demo mit Videoclips</li> </ul>	Personalkompetenz
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Effektives, zielgerichtetes Einsetzen der erlernten Techniken</li> <li>- Eigene Wahl der Route (Griff- und trittvarianten)</li> <li>- Eigene Wahl der Schwierigkeit (Route)</li> <li>- Einschätzung des eigenen Leistungsvermögens (Wagnis-Gefahr des Scheitern)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Videoanalyse, Korrektur, Hilfe durch Mitschüler</li> </ul>	Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eigen- und Fremdverantwortung bei einem erhöhten Risiko</li> <li>- Vertrauen der Kletterpartner zueinander</li> <li>- Kommunikation</li> </ul>			Analytische Kompetenz Soziale Kompetenz

Unterrichtsschwerpunkt III: **Rhythmen erlernen/umsetzen/Tänze erlernen** Jahrgangsstufe 9 (z. B. Jumpstyle)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz Die Schülerinnen und Schüler...	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	erweitern ihre Bewegungskompetenz, indem <ul style="list-style-type: none"> <li>- sie Bewegungen kreativ, rhythmisch und spielerisch gestalten und präsentieren</li> <li>- Bewegungen anforderungsgemäß steuern und situationsadäquat variieren</li> <li>- grundlegende Möglichkeiten der Fortbewegung, des Richtungswechsels und Anhaltens auf situationsspezifische Erfordernisse anwenden</li> <li>- Rhythmen in Bewegung umsetzen</li> </ul>	Erstellen einer Gruppenchoreographie unter Berücksichtigung festgelegter Kriterien	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die Lehrkraft/ Bewegungsfolgen imitieren</li> <li>- Bewegungsfolgen variieren</li> <li>- neue Bewegungsfolgen kreieren</li> </ul>	Lernkompetenz
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungs- und Körpererfahrungen reflektieren</li> <li>- Bewegungsausführungen nach vereinbarten Kriterien beurteilen</li> <li>- das eigene Bewegungsvermögen realistisch einschätzen, reflektieren</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- kriteriengeleitetes Feedback (Partner- und Gruppenbezogen)</li> <li>- räumliche und zeitliche Gestaltungskriterien nutzen</li> </ul>	Personalkompetenz Sozialkompetenz
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erweitern ihre Teamkompetenz, indem sie kooperativ in Gruppen zusammenarbeiten</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erarbeitung und Verbesserungen von Schrittkombinationen in Partner- und Gruppenarbeit</li> <li>- Erarbeitung einer gemeinsamen Choreographie in Kleingruppen</li> </ul>	Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit

Unterrichtsschwerpunkt IV: **Laufen, Springen, Werfen** Jahrgangsstufe 9 (Kugelstoßen)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz Die Schülerinnen und Schüler...	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Können auf ihre konditionellen Vorerfahrungen zurückgreifen und durch gezielte Übungen verbessern (Streck- und Beugekraft der Arme, Kräftigung der Bauchmuskulatur und der schnellkräftigen Verbesserung der Beinkraft)</li> <li>- Können die Kugelstoßtechnik aus der Stoßauslage (differenzierend mit Angehen/ Angleiten) in der Grobform ausführen und dabei wichtige Bewegungsmerkmale benennen und umsetzen</li> <li>- Können die technisch korrekte Handhaltung der Kugel mit Fixierung am Hals ausführen.</li> <li>- Können ausgehend von der Stützphase der Auftaktbewegung die kinematische Kette der beteiligten Hauptmuskelgruppen der Kugelstoßtechnik korrekt ausführen und korrigieren.</li> <li>- Können mit dem gestreckten vorderen Bein und einer Drehbewegung des Oberkörpers nach vorne oben die Ausstoßphase mit einem späten Einsatz des Kugelstoßarms durchführen</li> </ul>	<p>Qualitative Überprüfung der Grobform der Kugelstoßtechnik aus der Stoßauslage <u>und/oder</u> aus dem Angleiten oder Angehen</p>	<p><b>Kugelstoßen aus dem Stand</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Stoßen und Werfen mit dem Medizinball vorw./rückw., Schwerpunkt auf Übungen zur explosiven Streckung der Beinkraft</li> <li>- beidhändiges frontales Stoßen der Kugel aus der Tiefkniebeuge mit explosivem Strecken der Beine</li> <li>- Standstoß aus der frontalen Stellung mit Rückdrehen der Stoßschulter, Standstoß aus der seitlichen Stoßauslage, Standstoß mit Verwringung der Schulterbeckenachse (Auftakt Blickrichtung nach hinten)</li> <li>- Standstöße nach vorn oben über eine hohe gespannte Schnur,</li> <li>- Lehrer- und Partnerkorrektur mit Videoanalyse,</li> </ul> <p><b>Erlernen des Angehens/ Angleitens:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Angehen/Anhüpfen seitwärts ohne/mit Kugel</li> <li>- Angleiten, Angehen seitwärts mit/ohne Kugel und ohne/mit Körperverwringung bis zur Stoßauslage (Stand li Bein, re-li- Stoß bzw. umgekehrt)</li> <li>- Angleiten in die Stoßauslage mit explosiver Streckung des Schwungbeins und des Standbeins</li> </ul> <p><b>Partnerhilfen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Einzelne Korrekturschwerpunkte nach beobachteten Fehlerbildern</li> <li>- Trockenübungen zur Angleittechnik mit Partner ohne Kugel</li> </ul>	<p><b>Personale Kompetenz</b> (sich selbst und die eigenen Fähigkeiten realistisch einschätzen)</p> <p><b>Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Beobachtungen und Überlegungen konzentriert „auf den Begriff“ zu bringen</li> <li>- Sich über Lernprozesse austauschen</li> </ul> <p><b>Analytische Kompetenz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Auf der Basis von Bewegungsbeobachtungen</li> <li>- Problemlösungen entwickeln</li> <li>- Kausale und finale Zusammenhänge aufdecken</li> </ul>

RGS: Kompetenzorientiertes Fachcurriculum **Sport**

Urteils- und Entscheidungs-kompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Können Handlungsstrategien zur Optimierung der eigenen Technikausführung mit Lehrer- und Partnerkorrektur erkennen und umsetzen</li> <li>- Erkennen der Abhängigkeit der einzelnen Elemente der kinematischen Kette in der Kugelstoßtechnik und den notwendigen konditionellen Voraussetzungen</li> </ul>			
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fachspezifische Kritik akzeptieren</li> <li>- Partnerschaftliches Lernen anwenden</li> </ul>		Kriteriengeleitete Partnerbeobachtung und -rückmeldung	

Unterrichtsschwerpunkt IV: **Laufen, Springen, Werfen** Jahrgangsstufe 9 (Hürdenlauf)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz Die Schülerinnen und Schüler...	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Können auf ihre Vorerfahrung zum rhythmischen Hinderisüberlaufen (Jahrgang 7) zurückgreifen und diese erweitern</li> <li>- Erlernen die Hürdenlauftechnik in der Grobform und können dabei wichtige Bewegungsmerkmale umsetzen</li> <li>- Können dabei mit dem gleichen Schwungbein die Hindernisse überlaufen und</li> <li>- Entwickeln einen an den Hürdenabstand angepassten 3er Rhythmus mit gleicher Schrittlänge</li> </ul>	Qualitative Überprüfung der Grobform des Hürdenlaufs mit 3 Schritt-Rhythmus	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Überlaufen von 3 Hindernissen mit Höhenvariation und Abstandsdifferenzierung (Bananenkisten, Schaumstoffblöcke, etc.) im 3er-Schrittrhythmus</li> <li>- Vorübungen zum Schwung- und Nachziehbein mit Partnerhilfe</li> <li>- Ausführung des 3er Schritt-Rhythmus aus dem Anlauf</li> <li>- Korrektur von Hürdenhöhe und -abstand</li> </ul>	<p><b>Personale Kompetenz</b> (sich selbst und die eigenen Fähigkeiten realistisch einschätzen)</p> <p><b>Kommunikative Kompetenz und Diskursfähigkeit:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Beobachtungen und Überlegungen konzentriert „auf den Begriff“ zu bringen</li> <li>- Sich über Lernprozesse austauschen</li> </ul>
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erkennen ihr Schwungbein</li> <li>- Können den Zwischenhürdenabstand an ihren Rhythmus anpassen und umgekehrt</li> <li>- Können Handlungsstrategien zur Optimierung der eigenen Technikausführung erkennen und umsetzen</li> </ul>		Kriteriengeleitete Partnerbeobachtung und- rückmeldung	<p><b>Analytische Kompetenz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Auf der Basis von Bewegungsbeobachtungen</li> <li>- Problemlösungen entwickeln</li> <li>- Kausale und finale Zusammenhänge aufdecken</li> </ul>
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partnerschaftliches Lernen anwenden</li> <li>- Fachspezifische Kritik akzeptieren</li> </ul>			

Unterrichtsschwerpunkt IV: **Laufen, Springen, Werfen** Jahrgangsstufe 9 (Fünfkampf: Sprint, Weitsprung, Kugel, Speer, 800/1000 m Lauf)

Kompetenzbereich	Inhaltsbezogene Kompetenz Die Schülerinnen und Schüler	Überprüfung des Kompetenzerwerbs	Arbeitsformen und Lernwege	Überfachliche Kompetenzen
Bewegungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anwenden der erlernten Techniken unter Wettkampfbedingungen</li> <li>- Spezifische Regeln für den leichtathletischen Wettkampf anwenden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fünfkampf (Sprint, Weitsprung, Kugel, Speer, 800/1000 m Lauf)</li> <li>- Messen und vergleichen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- disziplinspezifische Übungen zum Aufwärmen und zur Vorbereitung</li> <li>- Regelkonforme Durchführung der Wettkämpfe</li> </ul>	Personale Kompetenz
Urteils- und Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Auswahl der für sich geeignetsten Technik für die Wettkampfdurchführung</li> <li>- Auswahl der individuellen Anlaufweite und deren Anpassung zum Vermeiden des Übertretens</li> </ul>			Analytische Kompetenz
Teamkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sportliche Wettkampfsituationen unter Anleitung organisieren und regeln</li> <li>- Gegenseitige Unterstützung bei der Vorbereitung und Wettkampfdurchführung</li> </ul>			Soziale Kompetenz