

**Schulinterner Lehrplan
Gymnasium Aspel der Stadt Rees
Sekundarstufe I**

Sport

(Fassung vom 18.04.2023)

2.1 Unterrichtsvorhaben

In der nachfolgenden Übersicht wird die für alle Lehrerinnen und Lehrer gemäß Fachkonferenzbeschluss verbindliche Verteilung der Unterrichtsvorhaben dargestellt.

Die Übersicht dient dazu, für die einzelnen Jahrgangsstufen allen am Bildungsprozess Beteiligten einen schnellen Überblick über Themen bzw. Fragestellungen der Unterrichtsvorhaben unter Angabe besonderer Schwerpunkte in den Inhalten und in der Kompetenzentwicklung zu verschaffen. Dadurch soll verdeutlicht werden, welches Wissen und welche Fähigkeiten in den jeweiligen Unterrichtsvorhaben besonders gut zu erlernen sind und welche Aspekte deshalb im Unterricht hervorgehoben thematisiert werden sollten. Unter den Hinweisen des Übersichtsrasters werden u.a. Möglichkeiten im Hinblick auf inhaltliche Fokussierungen und interne Verknüpfungen ausgewiesen.

Der ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Der Schulinterne Lehrplan ist so gestaltet, dass er zusätzlichen Spielraum für Vertiefungen, besondere Interessen von Schülerinnen und Schülern, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Praktika, Klassenfahrten o.Ä.) belässt.

Bei der Verteilung der Unterrichtsstunden empfiehlt die Fachkonferenz Sport sowohl in der Jahrgangsstufe 6 als auch in der Jahrgangsstufe 7 den Sportunterricht 4-stündig zu erteilen. Somit ist gewährleistet, dass neben der verbindlichen Doppelstunde im Schwimmbad (6.1 und 6.2) immer auch eine Doppelstunde Sport in der Halle erteilt wird. Insgesamt stehen 18 Stunden für die gesamte Sekundarstufe I zur Verfügung.

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 5

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	Unsere Lieblingsspiele aus der Grundschule – schülerorientierte Vorstellung von Kleinen Spielen aus den jeweiligen Grundschulen mit dem Ziel des Kennenlernens und der Kooperation in der neuen Klasse	2.1	9
UV 2	„Qualle, Delphin, Wal und Flusspferd“ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen	4.1	6
UV 3	„Daumen – Greifen – Ziehen – Drücken! Und Drehen! Und Atmen!“ – Beim Erlernen des Kraulschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen	4.2	12
UV 4	Rennen, Springen, Werfen - Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren	3.1	12
UV 5	Spielräume in verschiedenen Spielformen zielgerichtet nutzen (anbieten und freilaufen)	7.1	12
UV 6	„Wasserspringen ohne Angst und Übermut!“ – Beim vielfältigen Springen mit Angst umgehen und seine Grenzen ausloten	4.3	8
UV 7	Wassergymnastik in Kleingruppen – Den Körper in unterschiedlichen Positionen im Wasser kontrollieren	4.4	12
UV 8	Vielfältig und fair – Allein und in Gruppen um Räume, Gegenstände und Ausgangssituationen regelgerecht kämpfen	9.1	10
UV 9	Rollen, schwingen, stützen – Was mein Körper alles kann	1.1	9
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			120 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			90 UE
Freiraum:			30 UE

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 9	Nummer des UVs im BF/SB: 2.1
Thema des UV: <i>Unsere Lieblingsspiele aus der Grundschule</i> – schülerorientierte Vorstellung von Kleinen Spielen aus den jeweiligen Grundschulen mit dem Ziel des Kennenlernens und der Kooperation in der neuen Klasse		
BF/SB 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Inhaltsfelder: E – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: • Kleine Spiele und Pausenspiele	Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen [6 BWK 2.1] • Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten [6 BWK 2.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e.1] MK • Selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e.2] UK • Sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. [6 UK e.1]	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 4.1
Thema des UV: „Qualle, Delphin, Wal und Flusspferd“ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen		
BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen [6 BWK 4.1] • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] • grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1] MK • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 4.2
Thema des UV: „Daumen – Greifen – Ziehen – Drücken! Und Drehen! Und Atmen!“ – Beim Erlernen des Kraulschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen		
BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • Schwimmarten einschließlich Start und Wende	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a4]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen [6 BWK 4.1] • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2] • eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen [6 BWK 4.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] MK • einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] UK • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.1
Thema des UV: <i>Rennen, Springen, Werfen</i> - Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren		
BF/SB : 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: • grundlegendes leichtathletisches Bewegen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1) • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/ hohes Springen, weites/ zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen. (6 BWK 3.1)	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK – unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben (6 SK a1) MK UK	

Jahgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
Thema des UV: Spielräume in verschiedenen Spielformen zielgerichtet nutzen (anbieten und freilaufen)		
BF/SB : 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
	Inhaltliche Kerne: • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden, [6 BWK 7.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben, [6 SK a1] - Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen, [6 SK e1] MK - einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden. [6 MK a2] UK - einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen. [6 UK a1] - sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. [6 UK e1]	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 4.3
Thema des UV: „ <i>Wasserspringen ohne Angst und Übermut!</i> “ – Beim vielfältigen Springen mit Angst umgehen und seine Grenzen ausloten		
BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c – Wagnis und Verantwortung
Inhaltliche Kerne: • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] • Handlungssteuerung [c1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2] • in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen [6 BWK 4.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] • die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1] MK • verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1] UK • einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1]	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 4.4
Thema des UV: Wassergymnastik in Kleingruppen – Den Körper in unterschiedlichen Positionen im Wasser kontrollieren		
BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b – Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche Kerne: • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2] • Variation von Bewegung (b1) • Präsentation von Bewegungsgestaltung (b2)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen [6 BWK 4.1] • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] • Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1] • grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen [6 SK b2] MK • Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1] • einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden. [6 MK b2] UK • kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen. [6 UK b1]	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 9.1
Thema des UV: Vielfältig und fair – Allein und in Gruppen um Räume, Gegenstände und Ausgangssituationen regelgerecht kämpfen		
BF/SB : 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	Inhaltsfelder: e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: • Kämpfen um Raum und Gegenstände • Kämpfen mit- und gegeneinander	Inhaltliche Schwerpunkte: • Interaktion im Sport (e2)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen, [6 BWK 9.1] - in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen. [6 BWK 9.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen, [6 SK e1] MK - in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren.[6 MK e2] UK - sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. [6 UK e1]	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 9	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
Thema des UV: Rollen, schwingen, stützen – Was mein Körper alles kann		
BF/SB : 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: • Motorische Grundfähigkeiten und –fertigkeiten: Elemente der Fitness	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1) • Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f1)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen, [6 BWK 1.1] - eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen, [6 BWK 1.2] - grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden, [6 BWK 1.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben, [6 SK a1] - wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. [6 SK a2] - Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen. [6 SK f2] MK - einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden. [6 MK a2] - selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen, [6 MK e1] UK - einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen. [6 UK a1]	

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 6

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/ Stoß)	3.2	12
UV 2	„ Vom Bauch in die Rückenlage! “ – Beim Erlernen des Rückenkraulschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen	4.5	6
UV 3	Brustschwimmen... Schwimmen wie ein Frosch	4.6	8
UV 4	„ Fit und leistungsstark “ – In einer selbst gewählten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung der Reaktionen des eigenen Körpers ausdauernd schwimmen können	1.2	6
UV 5	Rolle, Handstand, Rad... und was geht noch? – Grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Bewegungsverbinding nutzen	5.1	16
UV 6	„ Spielen fürs Köpfchen “ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen erproben, variieren und vor dem Hintergrund ausgewählter Aspekte (z.B. Spielidee und Regeln) bewerten	2.2	12
UV 7	Bronze, Silber und Gold – Wir trainieren für das Deutsche Schwimmbzeichen	4.7	18
UV 8	Spielen mit der Schwerkraft - Jonglieren und / oder Akrobatik	6.1	18
UV 9	Spielen nach Regeln und mit Verstand – Sich in sportspielgerichteten Spielformen regelgerecht und mannschaftsdienlich verhalten und taktisch angemessen agieren	7.2	24
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			160 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			120 UE
Freiraum:			40 UE

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.2
Thema des UV: „Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf“ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben		
BF/SB : Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d - Leistung
Inhaltliche Kerne: • leichtathletische Disziplinen • leichtathletischer Wettkampf	Inhaltliche Schwerpunkte: • Informationsaufnahme und-verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2) • Struktur und Funktion von Bewegungen (a3) • grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a4) • Faktoren der sportlichen Leistungsfähigkeit (d1) • Leistungsverständnis im Sport (d2)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen (6 BWK 3.2) • einen leichtathletischen Wettkampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen (6 BWK 3.3)	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen (6 SK a2) - psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen (6 SK d2) - psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben (6 SK d3) MK - mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen (6 MK a1) - einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (6 MK a2) - einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden (6 MK d1) UK - einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen (6 UK a1) - ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen (6 UK d1)	

Jahgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 4.5
Thema des UV: „Vom Bauch in die Rückenlage!“ – Beim Erlernen des Rückenkraulschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen		
BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • Schwimmarten einschließlich Start und Wende	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a4]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen [6 BWK 4.1] • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2] • eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen [6 BWK 4.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] MK • einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] UK • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]	

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 4.6
--------------------------	-------------------------	-------------------------------------

Thema des UV: Brustschwimmen... Schwimmen wie ein Frosch

BF/SB : 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen

Inhaltsfelder:

a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltliche Kerne:

- Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen
- Schwimmarten einschließlich Start und Wende

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1)
- Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2)
- Struktur und Funktion von Bewegungen (a3)
- Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a4)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen

BWK

- Das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken; Vortrieb und Rotationen um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen (BWK 4.1)
- Grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen (BWK 4.2)
- Eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegenden Niveau sicher und ausdauernd ausführen. (BWK 4.3)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

SK

- unterschiedliche Körperempfindungen und –wahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben (6 SK a1)
- wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen (6 SK a2)

MK

- einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (6 MK a2)

UK

- Einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen (6 UK a1)

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 1.2
Thema des UV: „Fit und leistungsstark“ – In einer selbst gewählten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung der Reaktionen des eigenen Körpers ausdauernd schwimmen können		
BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: d – Leistung f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: aerobe Ausdauerfähigkeit	Inhaltliche Schwerpunkte: - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d1) - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f2)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen [6 BWK 1.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] - psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] MK UK - körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]	

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 16 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 5.1
Thema des UV: <i>Rolle, Handstand, Rad... und was geht noch?</i> – Grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Bewegungsverbinding nutzen		
BF/SB 5 Bewegen an Geräten - Turnen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b- Bewegungsgestaltung
Inhaltlicher Kern: • Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1) • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2) • Struktur und Funktion von Bewegungen (a3) • Variation von Bewegung (b1) • Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b2)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • Vielfältiges turnerisches Bewegen [...] an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen [...] demonstrieren [6 BWK 5.1] • Eine Bewegungsverbinding aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät [hier: <i>Boden</i>] demonstrieren [6 BWK 5.2] • Grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [6 BWK 5.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a.1] • Wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6SK a.2] • Grundformen gestalterischen Bewegens benennen [6 SK b.1] MK • Medienstützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 BWK MK a.1] • Einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Visualisierungen [...]) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a.2] • Einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b.2] UK • Einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a.1] • Kreative gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen[6UKb.1]	

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 12 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 2.2
Thema des UV: „Spielen fürs Köpfchen“ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen erproben, variieren und vor dem Hintergrund ausgewählter Aspekte (z.B. Spielidee und Regeln) bewerten		
BF/SB 2 – Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Inhaltsfelder: e- Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltlicher Kern: • Kooperative Spiele • Kleine Spiele	Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1) • Interaktion im Sport (e2)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • Lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen [6 BWK 2.3] • Unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen [6 BWK 2.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e.2] MK • In sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e.2] UK • Sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte [...] auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e.1]	

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 18 Std.	Nummer des UVs im BF/SB: 4.7
Thema des UV: <i>Bronze, Silber und Gold</i> – Wir trainieren für das Deutsche Schwimmbzeichen		
BF/SB 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen		Inhaltsfelder:
Inhaltliche Kerne:		d- Leistung
• Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • Schwimmarten einschließlich Start und Wende • Tauchen, Wasserspringen		Inhaltliche Schwerpunkte:
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen
BWK		SK
• Grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2] • Eine Wechselzug- oder eine Gleitzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen [6 BWK 4.3] • In unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen [6 BWK 4.4]		• Die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d.1] • Psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d.2] • Psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d.3]
		MK
		• Einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d.1]
		UK
		• Ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d.1]

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 18	Nummer des UVs im BF/SB: 6.1
Thema des UV: <i>Spiele mit der Schwerkraft</i> - Jonglieren und / oder Akrobatik		
BF/SB : Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: A - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen B - Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche Kerne: Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit oder ohne Handgeräte/ Alltagsmaterialien)	Inhaltliche Schwerpunkte: - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1) - Variation von Bewegung (b1) - Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b2)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Ball oder Alltagsmaterialien) allein, mit Partner oder in Kleingruppen für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung (Jonglage) nutzen (6 BWK 6.1) bzw. - bzw. grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u.a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (Akrobatik) allein, mit Partner oder in Kleingruppen anwenden (6 BWK 6.1)	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - Grundformen gestalterischen Bewegens (in 2 Bewegungsfeldern) benennen (6SK b1) - grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen (6 SK b2) MK - einfache Hilfen (Hilfestellungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (6 SK a2) - Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten (6 MK b1) - einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden (6 MK b2) UK - kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen (6 UK b1)	

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 24	Nummer des UVs im BF/SB: 7.2
Thema des UV: Spielen nach Regeln und mit Verstand – Sich in sportspielgerichteten Spielformen regelgerecht und mannschaftsdienlich verhalten und taktisch angemessen agieren		
BF/SB : 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Inhaltsfelder: d – Leistung e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)	Inhaltliche Schwerpunkte: • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d1) • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten, [6 BWK 7.2] - in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [6 BWK 7.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen, [6 SK e1] MK UK - ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen. [6 UK d1]	

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 7

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Min.)
UV 1	„ Übung macht den Meister “ – Unterschiedliche leichtathletische Techniken durch gezieltes Lernen und Üben verbessern	3.3	16
UV 2	„ Tarzan und Jane “ - Schwingen und Springen in unterschiedlichen Variationen	5.2	16
UV 3	Volley Spielen - Indiacas	7.3	8
UV 4	„ Laufen ohne zu Stolpern! “ – Annäherung an die leichtathletische Disziplin „Hürdenlauf“ unter besonderer Berücksichtigung einer Schulung der Rhythmisierungsfähigkeit mittels rhythmischer Reihen und rhythmischem Überspringen von Hindernissen	3.4	8
UV 5	„ Aufschlag, Pritschen, Baggern “ – Grundlagen des Volleyballspiels....	7.4	12
UV 6	„ So sieht das aus!? “ – Die eigene Bewegungsqualität in der Ball-Ko-Robics Choreographie durch Fremdbeobachtung (analoge Medien) und Selbsteinschätzung (digitale Medien) verbessern und den Nutzen unterschiedlicher Medien beim Bewegungslernen vergleichend beurteilen	6.2	18
UV 7	„ Basic Tricks mit Seil und Partner “ – Eine Minichoreo mit dem Seil zum Rhythmus der Musik gestalten und dabei mindestens 3 Tricks kombinieren und demonstrieren	6.3	12
UV 8	Wer bremst, verliert! – Durchführung eines Duatlons aus der Kombination von Radfahren und Laufen unter Fokussierung des Trainierens der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit	8.1	8
UV 9	„ Ausdauer macht Spaß! “ – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben	1.3	6
UV 10	„ Leistung und Gesundheit im Einklang “ – Verbessern der individuellen Ausdauerfähigkeit unter besonderer Berücksichtigung eines gesundheitsorientierten Trainings und einer Anwendung in (alternativen) Wettkampfformen	3.5	10
UV 11	„ Von Hand zum Racket “ – Schulung koordinativer Fähigkeiten im Badminton	7.5	6
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			160 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			120 UE
Freiraum:			40 UE

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 3.3
Thema des UV: „Übung macht den Meister“ – Unterschiedliche leichtathletische Techniken durch gezieltes Lernen und Üben verbessern		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)	Inhaltliche Schwerpunkte: - Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] - Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] - Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a4]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen [10 BWK 3.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] - für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] MK - grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] - unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] UK - Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1] - den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 5.2
Thema des UV: <i>Tarzan und Jane</i> - Schwingen und Springen in unterschiedlichen Variationen		
BF/SB 5 Bewegen an Geräten - Turnen	Inhaltsfelder: A - Bewegungsstruktur und Bewegenslernen D - Leistung	
Inhaltliche Kerne: • Normgebundenes Turnen an Geräten und Geräte-kombinationen • Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1) • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a2) • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d1)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Springen und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Kasten, Bock etc.) demonstrieren (10 BWK 7)	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben (10 SK a1) MK - mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen (10 MK a1) - einfache Hilfen (Hilfestellungen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (10 MK a2) UK - ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen (10 UK d1)	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 7.3
Thema des UV: Volley Spielen - Indiacca		
BF/SB 7.3: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) • Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten	Inhaltliche Schwerpunkte: • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2] • eine Sportspielvariante (z.B. Floorball) o. ein alternatives Mannschafts-/Partnerspiel (z.B. Tchoukball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven u. technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht u. situativ angemessen spielen [10 BWK 7.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] • koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3] • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] • Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2] • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] UK • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 3.4
Thema des UV: „Laufen ohne zu Stolpern!“ – Annäherung an die leichtathletische Disziplin „Hürdenlauf“ unter besonderer Berücksichtigung einer Schulung der Rhythmisierungsfähigkeit mittels rhythmischer Reihen und rhythmischem Überspringen von Hindernissen		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d - Leistung	
Inhaltliche Kerne: Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)	Inhaltliche Schwerpunkte: - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2] - Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] - für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] - koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3] MK - grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] - analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] - unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] UK - Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1] - den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.4
Thema des UV: „Aufschlag, Pritschen, Baggern“ – Grundlagen des Volleyballspiels....		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)	Inhaltliche Schwerpunkte: • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a4] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] MK • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] UK • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 18	Nummer des UVs im BF/SB: 6.2
Thema des UV: „ <i>So sieht das aus!?</i> “ – Die eigene Bewegungsqualität in der Ball-Ko-Robics Choreographie durch Fremdbeobachtung (analoge Medien) und Selbsteinschätzung (digitale Medien) verbessern und den Nutzen unterschiedlicher Medien beim Bewegungslernen vergleichend beurteilen		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b - Bewegungsgestaltung
Inhaltliche Kerne: Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgerät oder Alltagsmaterialien)	Inhaltliche Schwerpunkte: - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2] - Variation von Bewegung [b1] - Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (Ball, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] MK - Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2] - kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3] UK - den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2] - gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 6.3
Thema des UV: „Basic Tricks mit Seil und Partner“ – Eine Minichoreo mit dem Seil zum Rhythmus der Musik gestalten und dabei mindestens 3 Tricks kombinieren und demonstrieren		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche Kerne: Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgerät oder Alltagsmaterialien)	Inhaltliche Schwerpunkte: - Variation von Bewegung [b1] - Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (Ball, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] - das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2] MK - kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3] - Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2] UK - Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1] die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 8.1
Thema des UV: Wer bremst, verliert! – Durchführung eines Duathlons aus der Kombination von Radfahren und Laufen unter Fokussierung des Trainierens der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit		
BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/Wintersport		Inhaltsfelder: d - Leistung
Inhaltliche Kerne: • Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee	Inhaltliche Schwerpunkte: • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Leistungsverständnis im Sport [d] • Leistungsverständnis im Sport [d]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich in komplexen Anforderungssituationen unter Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen [10 BWK 8.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1] • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2] MK • einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1] • sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2] UK • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 1.3
Thema des UV: „Ausdauer macht Spaß!“ – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Inhaltsfelder: d - Leistung f - Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: • Aerobe Ausdauerfähigkeit	Inhaltliche Schwerpunkte: • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1] • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 30 min, Schwimmen 20 min, Aerobic 30 min, Radfahren 60 min) in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen [10 BWK 1.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1] • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2] MK • einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1] UK • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 3.5
Thema des UV: „Leistung und Gesundheit im Einklang“ – Verbessern der individuellen Ausdauerfähigkeit unter besonderer Berücksichtigung eines gesundheitsorientierten Trainings und einer Anwendung in (alternativen) Wettkampfformen		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfelder: d - Leistung f - Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: • Grundlegendes leichtathletisches Bewegen • Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe	Inhaltliche Schwerpunkte: • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d1] • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f2] • Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f3]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen [10 BWK 3.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1] • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2] • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1] MK • einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1] • sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2] • Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2] UK • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1] • die Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2] • gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen [10 UK f1]	

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 7.5
Thema des UV: „Von Hand zum Racket“ – Schulung koordinativer Fähigkeiten im Badminton		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)	Inhaltliche Schwerpunkte: - Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] - Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a4]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] - für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] MK - grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] - unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] UK - Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]	

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 8

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ Das kann ich (noch) nicht, aber gemeinsam schaffen wir das! “ – Eine neue, komplexe leichtathletische Technik als Herausforderung annehmen und mit Unterstützung (digitaler Medien) erlernen	3.6	10
UV 2	„ Vom Handstand zum Handstütz-Überschlag “ – Erlernen einer neuartigen turnerischen Bewegung unter der Zuhilfenahme ausgewählter Lernhilfen (z.B. Bildreihen, Geländehilfen ...)	5.3	10
UV 3	„ Vom Miteinander zum Gegeneinander im Volleyball “ – taktische Maßnahmen in vereinfachten Spielsituationen	7.6	10
UV 4	„ Über den eigenen Schatten springen “ – Bewegungserfahrungen in einem Hindernisparcours unter besonderer Berücksichtigung des Umganges mit und in individuellen Wagnissituationen sammeln	5.4	12
UV 5	„ Clear, Smash und Drop “ – Zentrale Schlagtechniken des Partnerspiels „Badminton“ kennenlernen und sich in einfachen Spielsituationen taktisch angemessen verhalten	7.7	14
UV 6	„ Akrobatische Kunststücke “ – Eine attraktive akrobatische Gruppengestaltung erarbeiten und präsentieren	5.5	16
UV 7	„ Wir lernen ein neues Spiel kennen “ – Im großen Sportspiel „Handball“ fair und mannschaftsdienlich sowie taktisch-kognitiv angemessen spielen	7.8	14
UV 8	„ Achtung Glatteis “ – Grundtechniken des Eislaufens erlernen und sicher anwenden	8.2	4
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			120 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			90 UE
Freiraum:			30 UE

Jahgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 3.6
Thema des UV: „ <i>Das kann ich (noch) nicht, aber gemeinsam schaffen wir das!</i> “ – Eine neue, komplexe leichtathletische Technik als Herausforderung annehmen und mit Unterstützung (digitaler Medien) erlernen		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)	Inhaltliche Schwerpunkte: - Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2] - Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] - Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a4]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] - für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] MK - analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] UK - Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1] - den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]	

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 5.3
Thema des UV: „Vom Handstand zum Handstütz-Überschlag“ – Erlernen einer neuartigen turnerischen Bewegung unter der Zuhilfenahme ausgewählter Lernhilfen (z.B. Bildreihen, Geländehilfen ...)		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche Kerne: • Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] • Handlungssteuerung [c1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [10 BWK 5.1] • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] MK • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] UK • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1] • den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2] • den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]	

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 7.6
Thema des UV: „Vom Miteinander zum Gegeneinander im Volleyball“ – taktische Maßnahmen in vereinfachten Spielsituationen		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)	Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1] • Interaktion im Sport [e2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2] • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3] UK • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]	

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 5.4
Thema des UV: „Über den eigenen Schatten springen“ – Bewegungserfahrungen in einem Hindernisparcours unter besonderer Berücksichtigung des Umganges mit und in individuellen Wagnissituationen sammeln		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen		Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung
Inhaltliche Kerne: • Normungebundenen Turnen an Geräten und Gerätekombinationen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] • Handlungssteuerung [c1] • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [10 BWK 5.1] • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1] • emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2] • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3] MK • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1] • Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2] UK • komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]	

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 7.7
Thema des UV: „Clear, Smash und Drop“ – Zentrale Schlagtechniken des Partnerspiels „Badminton“ kennenlernen und sich in einfachen Spielsituationen taktisch angemessen verhalten		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)	Inhaltliche Schwerpunkte: - Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] - Struktur und Funktion von Bewegungen [a3] - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1] - Interaktion im Sport [e2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] - Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] MK - analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] - Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] - in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3] UK - Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1] - das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]	

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 5.5
Thema des UV: „Akrobatische Kunststücke“ – Eine attraktive akrobatische Gruppengestaltung erarbeiten und präsentieren		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen		Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung
Inhaltliche Kerne: • Akrobatik	Inhaltliche Schwerpunkte: • Variation von Bewegung [b1] • Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b2] • Gestaltungskriterien [b4]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren [10 BWK 5.2] • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] • das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2] MK • Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2] • kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3] UK • die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1] • gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]	

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 7.8
Thema des UV: „Wir lernen ein neues Spiel kennen“ – Im großen Sportspiel „Handball“ fair und mannschaftsdienlich sowie taktisch-kognitiv angemessen spielen		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)	Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1] • Interaktion im Sport [e2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • Sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3] UK • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]	

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 8.2
Thema des UV: Achtung Glatteis – Grundtechniken des Eislaufens erlernen und sicher anwenden		
BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/Wintersport	Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung e - Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: • Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich in komplexen Anforderungssituationen unter Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen [10 BWK 8.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1] • emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2] MK • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1] • Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2] UK • komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]	

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 9

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	Richtiges Aufwärmen - Verletzungsprophylaxe	1.4	2
UV 2	BJS – LA-mehrkampf	3.7	12
UV 3	„ Einer wird gewinnen “ – mit unterschiedlichen Partner*innen fair und regelkonform zweikämpfen	9.2	8
UV 4	Gesellschaftstanz, Discofox und Co. - gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen	6.4	14
UV 5	Vom Stürzen zum kontrollierten Fallen – Falltechniken aus dem Bereich Judo unter besonderer Berücksichtigung der Judorolle	5.6	6
UV 6	Wir werden immer besser – Vertiefung der Mannschaftssportart Hockey oder Handball unter Anwendung taktisch-kognitiver sowie technisch-koordinativer Fähigkeiten auf fortgeschrittenem Spielniveau	7.9	10
UV 7	Rückschlagprofis – Vertiefung einer ausgewählten Rückschlagsportart aus Klasse 8 (Volleyball oder Badminton)	7.10	8
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			80 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			60 UE
Freiraum:			20 UE

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 2	Nummer des UVs im BF/SB: 1.4
Thema des UV: Richtiges Aufwärmen - Verletzungsprophylaxe		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Inhaltsfelder: f - Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: • Allgemeines und spezielles Aufwärmen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich funktional und wahrnehmungsorientiert - allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen [10 BWK 1.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1] MK UK • gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen [10 UK f1]	

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.7
Thema des UV: BJS – LA-mehrkampf		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: d - Leistung
Inhaltliche Kerne: • Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe	Inhaltliche Schwerpunkte: • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Leistungsverständnis im Sport [d]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • einen leichtathletischen Wettbewerb einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen [10 BWK 3.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] MK UK • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]	

Jahgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 9.2
Thema des UV: „Einer wird gewinnen“ – mit unterschiedlichen Partner*innen fair und regelkonform zweikämpfen		
BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	Inhaltsfelder: d - Leistung e - Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: • Kämpfen mit- und gegeneinander	Inhaltliche Schwerpunkte: • Leistungsverständnis im Sport [d] • Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangemessen, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK MK • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] UK • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]	

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 6.4
Thema des UV: Gesellschaftstanz, Discofox und Co. - gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b - Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche Kerne: Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung	Inhaltliche Schwerpunkte: - Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] - Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b] - Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Hip-Hop, Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] MK - grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] - kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3] UK - die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]	

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 5.6
Thema des UV: Vom Stürzen zum kontrollierten Fallen – Falltechniken aus dem Bereich Judo unter besonderer Berücksichtigung der Judorolle		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: c - Wagnis und Verantwortung f - Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: • Normungebundenes Turnen an Geräten und Geräte-kombinationen	Inhaltliche Schwerpunkte: • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1] MK • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1] UK • komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]	

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 7.9
Thema des UV: Wir werden immer besser – Vertiefung der Mannschaftssportart Hockey oder Handball unter Anwendung taktisch-kognitiver sowie technisch-koordinativer Fähigkeiten auf fortgeschrittenem Spielniveau		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)	Inhaltliche Schwerpunkte: - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] - Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] - Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK - Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] - einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] - in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3] UK - das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]	

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 7.10
Thema des UV: Rückschlagprofis – Vertiefung einer ausgewählten Rückschlagsportart aus Klasse 8 (Volleyball oder Badminton)		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) • Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)	Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3] UK • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]	

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 10

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	<i>Wurf und Stoß? Kein Problem!</i>	3.8	10
UV 2	„ <i>Aus dem Gleichgewicht</i> “ – unterschiedliche Partner*innen und Gegner*innen durch Techniken und Prinzipien vertrauensvoll und kontrolliert werfen und fallen lassen	9.3	10
UV 3	Wie gut kann ich spielen? Erwerb des Spielabzeichens für die Rückschlagspiele Volleyball oder Badminton	7.11	10
UV 4	Wie war das noch gleich? – Wiederholen und Trainieren von zentralen technischen und taktischen Elementen des großen Sportspiels Basketball als Vorbereitung auf eine Vertiefung des Sportspiels in der Sekundarstufe II	7.12	8
UV 5	Mit Hand oder Schläger – Vertiefen des großen Sportspiels Handball ODER Hockey durch das Erproben und Reflektieren von schülerorientiert entwickelten Spielzügen und Aufstellungsformen	7.13	10
UV 6	„ Surfexkursion “ - Das Rollen, gleiten und fahren erfahren und lernen zu kontrollieren (beim Windsurfen)	8.3	12
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit: Stunden für die Unterrichtsvorhaben: Freiraum:			80 UE 60 UE 20 UE

Jahgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.8
Thema des UV: <i>Wurf und Stoß? Kein Problem!</i>		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d - Leistung
Inhaltliche Kerne: • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) • Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe	Inhaltliche Schwerpunkte: • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] • Variation von Bewegung [b] • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2] • einen leichtathletischen Wettbewerb einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen [10 BWK 3.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] MK • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] UK • den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]	

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 9.3
Thema des UV: „Aus dem Gleichgewicht“ – unterschiedliche Partner*innen und Gegner*innen durch Techniken und Prinzipien vertrauensvoll und kontrolliert werfen und fallen lassen		
BF/SB 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d - Leistung	
	Inhaltlicher Kern: • Kämpfen mit- und gegeneinander	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z. B. Halte- griffe und Befreiungen, Falltechniken und kontrolliertes Werfen) und taktisch- kognitive Fähigkeiten (z. B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden [10 BWK 9.1] • in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2]		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] MK UK • den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Genderaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 7.11
Thema des UV: Wie gut kann ich spielen? Erwerb des Spielabzeichens für die Rückschlagspiele Volleyball oder Badminton		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d - Leistung
Inhaltliche Kerne: • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) • Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)	Inhaltliche Schwerpunkte: • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] • Leistungsverständnis im Sport [d]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2] • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] • koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3] MK • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1] • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] UK • den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]	

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 7.12
Thema des UV: Wie war das noch gleich? – Wiederholen und Trainieren von zentralen technischen und taktischen Elementen des großen Sportspiels Basketball als Vorbereitung auf eine Vertiefung des Sportspiels in der Sekundarstufe II		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)	Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3] UK • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]	

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 7.13
Thema des UV: Mit Hand oder Schläger – Vertiefen des großen Sportspiels Handball ODER Hockey durch das Erproben und Reflektieren von schülerorientiert entwickelten Spielzügen und Aufstellungsformen		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfelder: e - Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: • Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)	Inhaltliche Schwerpunkte: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1] • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] UK • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]	

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 8.3
Thema des UV: „Surfexkursion“ - Das Rollen, gleiten und fahren erfahren und lernen zu kontrollieren (beim Windsurfen)		
BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/Wintersport		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: • Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee	Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich in komplexen Anforderungssituationen unter Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen [10 BWK 8.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] MK • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1] UK • komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]	

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Bewegungsfeldern

BF/SB 1 – Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten entwickeln

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Min.)
1.1	Rollen, schwingen, stützen – Was mein Körper alles kann	5	9
1.2	„ <i>Fit und leistungsstark</i> “ – In einer selbst gewählten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung der Reaktionen des eigenen Körpers ausdauernd schwimmen können	6	6
Ende Erprobungsstufe			
1.3	„ <i>Ausdauer macht Spaß!</i> “ – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben	7	6
1.4	Richtiges Aufwärmen - Verletzungsprophylaxe	9	2
Ende Sekundarstufe I			23 UE

BF/SB 2 - Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Min.)
2.1	<i>Unsere Lieblingsspiele aus der Grundschule</i> – schülerorientierte Vorstellung von Kleinen Spielen aus den jeweiligen Grundschulen mit dem Ziel des Kennenlernens und der Kooperation in der neuen Klasse	5	9
2.2	„ Spiele fürs Köpfchen “ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen erproben, variieren und vor dem Hintergrund ausgewählter Aspekte (z.B. Spielidee und Regeln) bewerten	6	12
Ende Erprobungsstufe			
Ende Sekundarstufe I			21 UE

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

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
3.1	„Rennen, Hüpfen, Werfen“ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren	5	12
3.2	„Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf“ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben	6	12
Ende Erprobungsstufe			
3.3	„Übung macht den Meister“ – Unterschiedliche leichtathletische Techniken durch gezieltes Lernen und Üben verbessern	7	16
3.4	Laufen ohne zu Stolpern! – Annäherung an die leichtathletische Disziplin „Hürdenlauf“ unter besonderer Berücksichtigung einer Schulung der Rhythmisierungsfähigkeit mittels rhythmischer Reihen und rhythmischem Überspringen von Hindernissen	7	8
3.5	Leistung und Gesundheit im Einklang – Verbessern der individuellen Ausdauerfähigkeit unter besonderer Berücksichtigung eines gesundheitsorientierten Trainings und einer Anwendung in (alternativen) Wettkampfformen	7	8
3.6	„Das kann ich (noch) nicht, aber gemeinsam schaffen wir das!“ – Eine neue, komplexe leichtathletische Technik als Herausforderung annehmen und mit Unterstützung (digitaler Medien) erlernen	8	10
3.7	BJS – LA-Mehrkampf	9	12
3.8	Wurf und Stoß? Kein Problem!	10	10
Ende Sekundarstufe I			88 UE

BF/SB 4 – Bewegen im Wasser - Schwimmen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
4.1	„Qualle, Delphin, Wal und Flusspferd“ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen	5	6
4.2	„Daumen – Greifen – Ziehen – Drücken! Und Drehen! Und Atmen!“ – Beim Erlernen des Kraulschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen	5	12
4.3	„Wasserspringen ohne Angst und Übermut!“ – Beim vielfältigen Springen mit Angst umgehen und seine Grenzen ausloten	5	8
4.4	Wassergymnastik in Kleingruppen – Den Körper in unterschiedlichen Positionen im Wasser kontrollieren	5	12
4.5	„Vom Bauch in die Rückenlage!“ – Beim Erlernen des Rückenkraultschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen	6	6
4.6	Brustschwimmen... Schwimmen wie ein Frosch	6	8
4.7	Bronze, Silber und Gold – Wir trainieren für das Deutsche Schwimmbzeichen	6	18
Ende Sekundarstufe I			70 UE

BF/SB 5 – Bewegen an Geräten - Turnen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
5.1	Rolle, Handstand, Rad... und was geht noch? – Grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Bewegungsverbindung nutzen	6	8
Ende Erprobungsstufe			
5.2	Tarzan und Jane - Schwingen und Springen in unterschiedlichen Variationen	7	16
5.3	Vom Handstand zum Handstütz-Überschlag – Erlernen einer neuartigen turnerischen Bewegung unter der Zuhilfenahme ausgewählter Lernhilfen (z.B. Bildreihen, Geländehilfen ...)	8	10
5.4	Über den eigenen Schatten springen – Bewegungserfahrungen in einem Hindernisparcours unter besonderer Berücksichtigung des Umganges mit und in individuellen Wagnissituationen sammeln	8	12
5.5	„Akrobatische Kunststücke“ – Eine attraktive akrobatische Gruppengestaltung erarbeiten und präsentieren	8	16
5.6	Vom Stürzen zum kontrollierten Fallen – Falltechniken aus dem Bereich Judo unter besonderer Berücksichtigung der Judorolle	9	6
Ende Sekundarstufe I			68 UE

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

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
6.1	<i>Spielen mit der Schwerkraft</i> - Jonglieren und / oder Akrobatik	6	18
Ende Erprobungsstufe			
6.2	„ <i>So sieht das aus!?</i> “ – Die eigene Bewegungsqualität in der Ball-Ko-Robics Choreographie durch Fremdbeobachtung (analoge Medien) und Selbsteinschätzung (digitale Medien) verbessern und den Nutzen unterschiedlicher Medien beim Bewegungslernen vergleichend beurteilen	7	18
6.3	„ <i>Basic Tricks mit Seil und Partner</i> “ – Eine Minichoreo mit dem Seil zum Rhythmus der Musik gestalten und dabei mindestens 3 Tricks kombinieren und demonstrieren	7	12
6.4	Gesellschaftstanz, Discofox und Co. - gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen	9	14
Ende Sekundarstufe I			62 UE

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

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Min.)
7.1	Spielräume in verschiedenen Spielformen zielgerichtet nutzen (anbieten und frei-laufen)	5	12
7.2	„ <i>Spiele nach Regeln und mit Verstand</i> “ – Sich in sportspielgerichteten Spielformen regelgerecht und mannschaftsdienlich verhalten und taktisch angemessen agieren	6	24
Ende Erprobungsstufe			
7.3	Volley Spielen - Indiacca	7	8
7.4	Aufschlag, Pritschen, Baggern – Grundlagen des Volleyballspiels....	7	12
7.5	Von Hand zum Racket – Schulung koordinativer Fähigkeiten im Badminton	7	6
7.6	Vom Miteinander zum Gegeneinander im Volleyball – taktische Maßnahmen in vereinfachten Spielsituationen	8	10
7.7	Clear, Smash und Drop – Zentrale Schlagtechniken des Partnerspiels „Badminton“ kennenlernen und sich in einfachen Spielsituationen taktisch angemessen verhalten	8	14
7.8	Wir lernen ein neues Spiel kennen – Im großen Sportspiel „Handball“ fair und mannschaftsdienlich sowie taktisch-kognitiv angemessen spielen	8	14
7.9	Wir werden immer besser – Vertiefung der Mannschaftssportart Hockey oder Handball unter Anwendung taktisch-kognitiver sowie technisch-koordinativer Fähigkeiten auf fort-geschrittenem Spielniveau	9	10

7.10	Rückschlagprofis – Vertiefung einer ausgewählten Rückschlagsportart aus Klasse 8 (Volleyball oder Badminton)	9	8
7.11	Wie gut kann ich spielen? - Erwerb des Spielabzeichens für die Rückschlagspiele Volleyball oder Badminton	10	10
7.12	Wie war das noch gleich? – Wiederholen und Trainieren von zentralen technischen und taktischen Elementen des großen Sportspiels Basketball als Vorbereitung auf eine Vertiefung des Sportspiels in der Sekundarstufe II	10	8
7.13	Mit Hand oder Schläger – Vertiefen des großen Sportspiels Handball ODER Hockey durch das Erproben und Reflektieren von schülerorientiert entwickelten Spielzügen und Aufstellungsformen	10	10
Ende Sekundarstufe I			146 UE

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

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
8.1	Wer bremst, verliert! – Durchführung eines Duathlons aus der Kombination von Radfahren und Laufen unter Fokussierung des Trainierens der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit	7	8
8.2	Achtung Glatteis – Grundtechniken des Eislaufens erlernen und sicher anwenden	8	4
8.3	Surfexkursion - Das Rollen, gleiten und fahren erfahren und lernen zu kontrollieren (beim Windsurfen)	10	12
Ende Sekundarstufe I			24 UE

BF/SB 9 – Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
9.1	„Vielfältig und fair“ – Allein und in Gruppen um Räume, Gegenstände und Ausgangssituationen regelgerecht kämpfen	5	10
Ende Erprobungsstufe			
9.2	„Einer wird gewinnen“ – mit unterschiedlichen Partnerinnen und Partnern fair und regelkonform zweikämpfen	9	8
9.3	„Aus dem Gleichgewicht“ – unterschiedliche Partnerinnen und Partnern und Gegnerinnen und Gegnern durch Techniken und Prinzipien vertrauensvoll und kontrolliert werfen und fallen lassen	10	10
Ende Sekundarstufe I			28 UE

