

SCHULINTERNES CURRICULUM GYMNASIUM WALDSTRAÙE – FACH SPORT -JAHRGANGSSTUFE 9

Obligatorische Unterrichtsvorhaben 39-46: 70-76 Stunden // Freiraum: 4-10 Stunden

39. Körperhaltung ist wichtig – Haltungsaufbau durch geeignete Kräftigungs- und Entspannungsübungen in selbst gestalteten Übungsprogrammen
40. Step-Aerobic – Bewegen mit Spaß und Musik
41. Wir turnen miteinander! – Das Individuelle und das Kooperative im Synchronturnen beim Gerätturnen erfahren
42. Fit und gesund ins Erwachsenenalter! – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern
43. Gegeneinander und doch miteinander – vom Spiel 6 mit 6 zum Spiel 6 gegen 6
44. Werfen, Festhalten und Befreien - Lösungen für Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Kampf nutzen
45. Basketball richtig – Korbleger rechts/links und erweiterte Regelkenntnisse
46. Badminton – Mach deinem Gegner Beine! Zielorientierte Anwendung der grundlegender Techniken im Badminton durch Erarbeitung individueller Spieltaktiken (im Einzel und Doppel)

Matrix zu den Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 9

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
39	1.5	A, F	10-12	1,2	1,2	2	1					1,2,3
40	6.5	A, B	6	1,2	1,2	1	1,2	1,2				
41	5.5	A, E	10	3	2	2						
42	3.7	A D F	8-10	1, 2	1,2	2	1			1,2		2
43	7.9	A E	10	1,2,3,4	3		1,2,3				1	
44	9.2	A E	6-8				1				1,2,3,4	
45	7.10	A E	10	1,2,3,4	1,2	1	1,2,3				1	
46	7.11	A E	10	2,3	1,2	1			1	1	1,4	

UV = Unterrichtsvorhaben

BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich 1-9

PP = Pädagogische Perspektiven

Std. = Stunden

BWK = Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (durchnummeriert)

MK = Methodenkompetenz (durchnummeriert)

UK = Urteilskompetenz (durchnummeriert)

IF (a – f) = Inhaltsfelder (die Kleinbuchstaben stellen die Inhalte der Pädagogischen Perspektiven dar; die Kleinbuchstaben sind inhaltlich dementsprechend analog zu den Pädagogischen Perspektiven zu verstehen) – (durchnummeriert)

Bewegungsfeld/Sportbereich 1.5	Päd. Perspektive Leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV Stunden	Vernetzung mit UV	Laufende Nr.
Den Körper wahrnehmen und Koordinationsfähigkeiten erweitern	A F	9	10-12		39

Körperhaltung ist wichtig – Haltungsaufbau durch geeignete Kräftigungs- und Entspannungsübungen in selbst gestalteten Übungsprogrammen

Kompetenzerwartungen: BWK 1/2 MK 1/2 UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): Sich selbstständig funktional –allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen (BWK1) / Ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen (BWK 2)

Methodenkompetenz (MK): Einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten (MK1) / Grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren entwerfen und umsetzen (MK 2)

Urteilskompetenz (UK): Gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen (UK2)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Gesundheit (f)

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)
- Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)
- Unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (3)

Körperhaltung ist wichtig – Haltungsaufbau durch geeignete Kräftigungs- und Entspannungsübungen in selbst gestalteten Übungsprogrammen (10-12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> individuelle Kraft- und Beweglichkeitsleistungen wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen Anpassung der Belastungsparameter an die individuelle Leistungsfähigkeit Eine oder mehr Stationen für ein Krafttraining planen, anleiten und reflektieren <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> Kräftigung und Entspannung Belastungsparameter: -intensität, -dauer, -dichte, -umfang Entspannungstechniken 	<ul style="list-style-type: none"> Stationen Lernen: auf der Suche nach sinnvollen eigenen Zielen Individualisierung des Unterrichts: auf der Suche nach sinnvollen eigenen Zielen Beobachtungsbogen zu körperlichen Merkmalen bei Kräftigungs- und Entspannungsübungen Anleitung zur Gestaltung eigener Übungsprogramme und deren Reflexion <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> Stationen Lernen (Schülerinfo) Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) Zirkeltraining / Pyramidentraining Reflexionsbögen Entspannungsübungen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> Kraftgymnastische Übungen mit dem eigenen Körpergewicht, dem Partner, an und mit einfachen Geräten (Theraband, Keulen, Medizinbälle...) Entspannungstechniken (Lockerung, Dehnen spezifisch, Partnermassage, Traumreise...) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> Anstrengungsbereitschaft Durchhaltevermögen Fachkenntnisse in Unterrichtsbeiträgen und bei der Planung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> Gruppenarbeit: Planung und Durchführung eines 4-Stationen-Trainings (Zirkel oder Pyramide) unter Berücksichtigung eines regelmäßigen Wechsels zwischen Anspannung und Entspannung, Anlegen einer Präsentationsmappe (Übungsstation, Skizze, Aufbau, Ziel, Intensität, Dauer, Dichte) <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> Orientierung an vorgegebenen Kriterien für den Kraftzirkel (z.B. Kraftausdauer, niedrige Intensität, hohe Wiederholungszahlen) und Grundsätzen (auf Anspannung folgt Entspannung, Wechsel der belasteten Muskeln im Zirkeltraining...)

Bewegungsfeld/Sportbereich 6.5	Päd. Perspektive Leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV Stunden	Vernetzung mit UV	Laufende Nr.
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	A B	9	6		40

Step-Aerobic – Bewegen mit Spaß und Musik

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- Ausgewählte Grundtechniken der Step - Aerobic strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades und durch Erhöhung der Komplexität verändern. (1)
- Eine Fitnessgymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien präsentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern. (3)

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

- Die Bewegungs – und Gestaltungsqualität nach vorgegebenen Kriterien beurteilen. (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, b 1, b 2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Bewegungsgestaltung (b)

- Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (1)
- Variationen von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)

Thema des UV 6.5: Step-Aerobic – Bewegen mit Spaß und Musik (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung der einzelnen Elemente (Schritt/Armbewegungen) • Anpassung an die Musik • Bewegungskoordination • Körperreaktionen bei Anstrengung und Konzentration • Anpassung an einen Partner/eine Gruppe <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsmerkmale, Bewegungsspannung 	<ul style="list-style-type: none"> • Lernaufgabe: Erproben verschiedener Formen Grundformen der Step - Aerobic • Erarbeiten einer Choreographie mit einem Partner oder in einer kleinen Gruppe <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • synchrone Bewegungen • Anpassung an die Musik • Arbeiten mit Lernkarten 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Phasen des Trainings • Grundtechniken: z.B. Step Touch, Side to Side, Jumping Jack u.ä. • Anpassen der Bewegung an die Musik • Anpassen der Bewegung an eine Gruppe • Synchrone Bewegungen in der Kleingruppe 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Lernzuwachs <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Vielfalt der gefundenen Bewegungsformen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Übungen <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungsqualität

Bewegungsfeld/Sportbereich:	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
Bewegen an Geräten – Turnen (5.5)	A/E	9	10		41

Thema des UV:

Wir turnen miteinander! – Das Individuelle und das Kooperative im Synchronturnen beim Gerätturnen erfahren

Kompetenzerwartungen: Angabe der Kurzform : BWK 5.3, MK 5.2, UK 5.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Beim miteinander Turnen sollen die SuS entweder an einer individuell zusammengestellten Gerätekombination technisch-koordinative Grundanforderungen (z.B. des kurz- und mittelzeitigen Stützens, des Springens, des Schwingens und/oder Rollens) oder akrobatische Elemente einüben und in einer Partner- oder Kleingruppenpräsentation vorstellen.

Methodenkompetenz:

Turnergeräte und –arrangements individuell mit dem Partner / mit der Kleingruppe zusammenstellen und sicher auf- und abbauen.

Auf fachsprachlich grundlegendem Niveau sich in turnerischen / akrobatische Lern- und Übungsprozessen verständigen und die anschließende Präsentation, unter Berücksichtigung der Fachsprache sowie der zeitlichen Reihenfolge der jeweiligen Bewegungen, verschriftlichen.

Urteilskompetenz:

Turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (Ausführungsqualität/ synchrones Turnen / Verschriftlichung) bewerten.

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: Eintrag der Kurzform (fett: leitend; nicht-fett: ergänzend)

Angabe des 1. Inhaltsfeldes (a - f)

E: Kooperation und Konkurrenz

Angabe des 2. Inhaltsfeldes (a - f)

A: Bewegungserfahrungen erweitern

Thema des UV (5.5): Wir turnen miteinander! – Das Individuelle und das Kooperative im Synchronturnen beim Gerätturnen erfahren (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eigenes, partner- bzw. kleingruppenspezifisches Leistungsvermögen einschätzen und situativ anwenden - Geräteauswahl im Bezug auf das Leistungsvermögen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - 	<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gerätebahn / Akrobatikchoreographie individuell gestalten sowie sicher auf- und abbauen - Turnen im Fluss - Beschreiben des Gerätearrangements sowie die zeitliche Reihenfolge einzelner Elemente der Präsentation. <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - jeweilige turnerische / akrobatische Elemente, Bewegungsrichtungen sowie Abläufe fachsprachlich nutzen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundformen aus Kl. 7 und Kl. 8) - Akrobatische Paar- und Kleingruppenelemente <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Abhängig von den jeweils gewählten Geräten / akrobatischen Elementen 	<p>Beobachtungskriterium:</p> <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft - Durchhaltevermögen - Grad der Synchronität <p>punktuell:</p> <p>Kriterien für eine Vorführung an einer individuellen Geräte-kombination oder akrobatischen Gestaltung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schwierigkeitsgrad - Bewegungsfluss - Synchronität <p>Verschriftlichung der Präsentation</p>

Bewegungsfeld/Sportbereich 3.7	Päd. Perspektive Leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV Stunden	Vernetzung mit UV	Laufende Nr.
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	A D F	9	8-10		42

Fit und gesund ins Erwachsenenalter! – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern

Kompetenzerwartungen: BWK 1, 3, 4, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-kordinativem Fertigniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern (3.1).
- Beim Laufen eine Langzeitausdauerleistung (LZA I bis 30 min.) gesundheitsorientiert – in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben.
- Einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf (z.B. Biathlon, Triathlon) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen.

Methodenkompetenz:

Selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch) erfassen.

Urteilskompetenz:

Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfs beurteilen.

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a): Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Leistung (d):

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) (1)
- Methoden der Leistungssteigerung (2)

Gesundheit (f):

- Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)

Thema des UV 3.7: „Fit und gesund ins Erwachsenenalter! – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern“ (8-10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Vermittlung von Spaß am oft ungeliebten und ungewohnten Individual-/Teamlauf • Verdeutlichung des gesundheitlichen Werts des Ausdauerlaufens (Verbesserung des Herz-Kreislauf-Systems) • Ausdauerfähigkeit als Grundlage für viele andere Sportarten • Wahrnehmung der individuellen aeroben/anaeroben Belastungen und Einschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit • Anpassung der Laufgeschwindigkeit an die individuelle, aber auch an die Leistungsfähigkeit anderer (Partner-/ Gruppenformen) • Anwendung unterschiedlicher Trainingsmethoden: Dauer-/Intervallmethode • Kennenlernen technischer Besonderheiten (Hochstart, Aufsetzen des Fußes etc.) sowie der leistungslimitierenden Faktoren • Intensivierung von theoretischen und praktischen Kenntnissen über Puls- und Atemfrequenz als Mittel zur Belastungskontrolle • Ansprechen und Sammlung von Lösungsansätzen bei auftretenden Problemen 	<ul style="list-style-type: none"> • Binnendifferenzierung zur adäquaten Förderung unterschiedlich trainierter SuS (unterschiedliche Streckenvorgaben bzw. Zeiten) • Lehrerdemonstration, z.B. bei Pulsmessung • Evtl. Lehrerpartizipation (Teilnahme zur Kontrolle, zur Hilfe bei Problemen, zur Steigerung der Glaubwürdigkeit) • Einsatz von Beobachtungsbögen zur Selbst-/Partnerkontrolle • Individual-/Partner- und Gruppenübungsformen • Planmäßige Steigerung der Belastung (zuerst Steigerung des Umfangs, dann de Intensität) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • aerobe/ anaerobe Ausdauer • Dauermethode – Intervallmethode • Funktion des Herz-Kreislauf-Systems 	<ul style="list-style-type: none"> • Intervallläufe (abwechselndes Gehen und Laufen mit abnehmendem Gehanteil) • Streckenläufe auf Sportplatz oder naher Umgebung • Zeitschätzläufe mit unterschiedlichen Längen (z.B. 1, 2, 4, 8, 10 min.) • Minutenläufe (z.B. 1-3-1 oder 2-5-3 Minuten) • Dauerläufe (über eine fest-gelegte Strecke, mit wechselnder Geschwindigkeit, mit verschiedenen Aufgaben auf Signal) • Staffelläufe (Endlos-, Hinternis-, Pendel-, Runden-, Anhänger- und Umlaufstaffeln) • Spielerische Komponenten (Puzzeläufe, Ausdauerspiele) • Orientierungsläufe (OL) von klein (Hallen-OL) bis groß (OL im Schulenburger Wald) • Biathlons (Kombination aus Laufen und Zielwerfen) • Hindernisläufe 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Durchhaltevermögen • Leistungsfähigkeit • Kooperationsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Normierte Zeitabnahme, z.B. in Form des 800m-Laufs (entsprechender Parcours liegt vor) • Normierter Lauf mit gleichbleibender Geschwindigkeit über bestimmte Strecken • Cooper-Test • Zeitnahme bei und Auswertung von diversen OLs

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.9	Päd. Perspektive Leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV Stunden	Vernetzung mit UV	Laufende Nr
<i>Spiele in und mit Regelstrukturen - Volleyball</i>	A E	9	10		43

Gegeneinander und doch miteinander – vom Spiel 6 mit 6 zum Spiel 6 gegen 6

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, BWK 4, MK 3

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

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

Methodenkompetenz:

- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen (3)

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Thema des UV 7.9: „Gegeneinander und doch miteinander – vom Spiel 6 mit 6 zum Spiel 6 gegen 6“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • individualtaktisches Verhalten im Mannschaftsgefüge • individualtaktisches Verhalten unter Berücksichtigung der Spielsituation (Angriff/Verteidigung) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielpositionen (1-6) • Rotation • Blocksicherung / Blockschatten • Einerblock/Zweierblock 	<ul style="list-style-type: none"> • vom Miteinander zum Gegeneinander • Verdeutlichung der Laufwege und Positionen in verschiedenen Spielsituationen anhand unterschiedlicher Hilfen/Materialien (Bodenmarkierungen, Tafel etc.) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielen miteinander vs. Spielen gegeneinander • Netz 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • variable Netzhöhe • siehe methodische Entscheidungen 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Zusammenarbeit innerhalb der Mannschaft • Beteiligung in Gesprächsphasen <p>punktuell:</p> <p>- Spiel 6 mit 6 / 6 gegen 6</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einhaltung der vereinbarten Regeln - Einnahme der korrekten Spielposition in unterschiedlichen Spielsituationen

Bewegungsfeld/Sportbereich 9.2	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Ringens und Kämpfen - Zweikampfsport	A E	9.1	6-8	---	44

Werfen, Festhalten und Befreien- Lösungen für Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Kampf nutzen

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Methodenkompetenz (MK)

- *Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten (1)*
- *kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben (2)*

Urteilskompetenz (UK)

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

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 1, e 1, e 2, e 3, e 4

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- *Körpererfahrung und Körperempfindung (1)*

Kooperations- und Konkurrenzverhalten (e)

- **Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**
- **soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)**
- **(Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (3)**
- **Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u. a. Einzel- und Mannschaftswettbewerb) (4)**

Thema des UV (9.2): „Werfen, Festhalten und Befreien - Lösungen für Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Kampf nutzen“ (6-8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <p>Erarbeitung u. Einhaltung von Kampfregeln</p> <p>Intensive Fallschulung</p> <p>Erarbeitung von Haltegriffen und Befreiungsstrategien</p> <p>Fußwürfe: „O-soto-otoshi“, „Ko-soto-gari“</p> <p>Kopplung erlernter Kampfhandlungen in komplexen/offen Ausgangssituationen</p> <p>Induktives Erarbeiten von Lösungsstrategien bei Würfeln, Haltegriffen und Befreiungssituationen.</p>	<p>Erarbeitung von Haltegriffen und Würfeln anhand von Lernkarten.</p> <p><i>Gruppenarbeit</i> zur Entwicklung unterschiedlicher Befreiungsstrategien aus Haltegriffen</p> <p><i>Sicherheitsgemäßes und regelkonformes Organisieren</i> eines offenen Stehkampfes</p> <p>Fachbegriffe/Methodenkompetenz</p> <p>Erproben (Schüler-/Lehrerinfo)</p> <p>Mind-Map</p> <p>Nachvollziehen und intensive Auseinandersetzung mit Lernkarten (Bildreihen, Bewegungsbeschreibungen, Fehlerbilder)</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Judoähnliche Steh- und Bodenkämpfe</p> <p>Fachbegriffe</p> <p>O-soto-otoshi (Wurfansatz, Blockierbein, Wurfansatz)</p> <p>Ko-soto-gari</p> <p>Druck & Zug</p> <p>Kuzure-kesa-gatame (Stützdreieck)</p> <p>Mune-gatame</p>	<p>prozessbegleitend:</p> <p>Anstrengungsbereitschaft</p> <p>Sachgerechter Auf- und Abbau der Stationen</p> <p>Einhaltung der aufgestellten Kampfregeln (Fairness)</p> <p>Lösungsvorschläge für kampfspezifische Ausgangssituationen</p> <p>punktuell:</p> <p>Demonstration der Kampfhandlungen Haltegriff, Wurf, Befreiungsstrategien</p>

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.10	Päd. Perspektive Leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV Stunden	Vernetzung mit UV	Laufende Nr
<i>Spiele in und mit Regelstrukturen - Basketball</i>	A E	9	10		45

Basketball richtig – Korbleger rechts/links und erweiterte Regelkenntnisse

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, BWK 4, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (1)
- das jeweils ausgewählte große Mannschafts- und Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern (2)
- konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden (3)

Methodenkompetenz (MK)

- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden (2)
- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen (3)

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Thema des UV 7.10: „Basketball richtig – Korbleger rechts/links und erweiterte Regelkenntnisse“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • korrekter Anlaufwinkel (KL) • einbeiniger Absprung (KL) • Handhaltung (KL) • Einhaltung der Zeitregel • Korrekte Ausführung des Sternschritts gerade auch in spielnahen Situation <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Korbleger links/rechts • Verbot des Rückspiels • 24-Sekunden-Regel • Sternschritt 	<ul style="list-style-type: none"> • Orientierungshilfen für den Anlauf • Geländehilfen (Erhöhung der Abwurfposition) • Abwurf aus dem Stand / aus dem Sprung nach Stand / aus dem Angehen / aus dem Anlaufen • Sternschritt aus dem Stand bzw. nach erfolgtem Zuspiel (auch aus der Bewegung) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • elementhaft-synthetisches Lernen • methodische Übungsreihe • Vorbereitungs-, Haupt- und Endphase 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Korbleger rechts / links • Sternschritt • Schrittregel • 24-Sekunden-Regel / Rückpassregel <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Korbleger links/rechts • Verbot des Rückspiels • 24-Sekunden-Regel • Sternschritt 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • aktive Teilnahme <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Test nach vorgegebenen Kriterien „Korbleger rechts / links“ <ul style="list-style-type: none"> ○ Techniküberprüfung der Merkmale ○ Trefferquote • Berücksichtigung der Regeln im Spiel mit unterschiedlichen Mannschaftsstärken

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.11	Päd. Perspektive Leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV Stunden	Vernetzung mit UV	Laufende Nr
<i>Spiele in und mit Regelstrukturen - Badminton</i>	A E	9	10		46

Badminton – Mach deinem Gegner Beine! Zielorientierte Anwendung der grundlegenden Techniken im Badminton durch Erarbeitung individueller Spieltaktiken (im Einzel und Doppel)

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, BWK 4, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (1)
- das jeweils ausgewählte große Mannschafts- und Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern (2)
- konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden (3)

Methodenkompetenz (MK)

- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden (2)
- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen (3)

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Thema des UV 7.11: „Badminton – Mach deinem Gegner Beine! Zielorientierte Anwendung der grundlegender Techniken im Badminton durch Erarbeitung individueller Spieltaktiken (im Einzel und Doppel) (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erlernen verschiedener Überkopf-Schläge beim Badminton als Grundlage verschiedener Schlagtechniken • Erlernen verschiedener Unterhand-Schläge beim Badminton als Grundlage verschiedener Schlagtechniken <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<ul style="list-style-type: none"> • • • • <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • methodische Übungsreihe • Vorbereitungs-, Haupt- und Endphase 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Clear/ Überkopf-Clear • Clear/ Unterhand-Clear <p>Fachbegriffe</p>	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schlagkombinationen durchführen • aktive Teilnahme <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berücksichtigung der Regeln im Spiel