

Schulinternes Curriculum Sport

Sekundarstufe I

1. Pädagogische Grundlagen

2. Leistungsbewertung

3. Übersicht über die Kernthemen in den Klassenstufen 5 - 10

4. Darstellung der Inhalte der Kernthemen

1. Pädagogische Grundlagen

Das Fach Sport leistet einen wesentlichen und unersetzbaren Beitrag zur Bildung und Erziehung. Hier stehen die Bewegung und das sportliche Handeln im Vordergrund. Beim gemeinsamen Sporttreiben können Schüler*innen Leistungswillen entwickeln, sich körperlich anstrengen und verausgaben. Das Erreichen von sportlichen Leistungen kann der Steigerung des Selbstwertgefühls dienen. Daher soll den Schüler*innen die Möglichkeit gegeben werden, ihre Leistungsfähigkeit auszuprobieren. Wichtig ist aber auch, dass durch ein vielfältiges Angebot alle Schüler*innen die Möglichkeit erhalten, ihre Leistungsfähigkeit unter Beweis zu stellen. Es muss deutlich werden, dass auch eine Steigerung der (vielleicht nominell geringen) Leistung ein Erfolg ist und es nicht immer auf Höchstleistungen ankommt. Darüber hinaus sollen im Sportunterricht auch kognitive und kreative Leistungen gewürdigt werden.

Einen weiteren Schwerpunkt stellt das soziale Lernen dar. Die Schüler*innen sollen Verantwortung für ihr eigenes Handeln übernehmen und mit allen Mitschüler*innen fair und rücksichtsvoll umgehen.

Das Thema Gesundheit soll ebenfalls in den Unterricht einfließen, wann immer das möglich und sinnvoll erscheint. In unserer bewegungsarmen Umwelt ist es von größter Bedeutung, dass Schüler*innen Wissen über Körper und Bewegung erlangen und ermuntert werden, sich auch außerhalb der Schule körperlich zu betätigen. Dabei steht das praktische sportliche Handeln stets im Mittelpunkt des Unterrichts.

Die Motivation zum lebenslangen Sporttreiben ist das übergeordnete Ziel des Sportunterrichts.

Der Sportunterricht erfolgt in den Klassenstufen 5 - 8 koedukativ, in den Klassenstufen 9 - 10 getrenntgeschlechtlich.

Die folgenden pädagogischen Perspektiven bieten (gemäß Rahmenlehrplan für

die Sek. I) den Handlungsrahmen für den Schulsport. Sie können sportartspezifisch akzentuiert oder miteinander verbunden werden.

Die pädagogischen Perspektiven sind:

- 1) Gesundheit
- 2) Leistung
- 3) Kooperation
- 4) Körpererfahrung
- 5) Gestaltung
- 6) Wagnis

In diesem Zusammenhang sollen Schülerinnen und Schüler auch unterschiedliche Rollen einnehmen, z.B. als Helfer, Kampfrichter, Beobachter, „Lehrer“.

2. Leistungsbewertung

Grundlage sind die AV Zensuren und der Rahmenlehrplan für das Fach Sport (ab dem Schuljahr 2017/2018).

Auf dieser Grundlage gelten folgende Regelungen:

Die Sportnote setzt sich

zu **50% aus der Leistungsnote** und

zu **50 % aus der Handlungskompetenznote** zusammen.

Die **Leistungsnote** wird ermittelt aus den objektiv messbaren Leistungen und/oder kriterienorientierter Technikprüfungen sowie der Spielfähigkeit am Ende einer Unterrichtseinheit.

Zusätzlich ist (laut Rahmenplan) pro Schuljahr eine Ausdauerleistung verpflichtend.

Grundlage der **Handlungskompetenznote** ist die sport- und bewegungsbezogene Handlungskompetenz, die während des Sportunterrichts erworben wird.

Die sport- und bewegungsbezogene **Handlungskompetenz** umfasst folgende Bereiche:

Bewegen und Handeln:

- Verbesserung der sportmotorischen Fertigkeiten und Fähigkeiten
- mit Formen der Bewegung kreativ umgehen
- sportliche Handlungen planen und begründen
- mit Sportgeräten sachgerecht umgehen

Reflektieren und Urteilen:

- eigenes und fremdes Handeln bewusst machen, hinterfragen und beurteilen

Interagieren:

- faires Verhalten (z. B. mit Enttäuschungen und Erfolgen fair umgehen)
- Regeln vereinbaren und einhalten
- Schwächeren helfen und sie integrieren

Methoden anwenden:

Dieser Kompetenzbereich ist integriert in die Kompetenzbereiche Bewegen und Handeln, Reflektieren und Urteilen und Interagieren (s. o.).

Er beinhaltet die Gestaltung sportbezogenen Handelns, welches zunehmend selbstständig, eigenverantwortlich, reflektiert und strukturiert ist.

3. Übersicht über die Kernthemen in den Klassenstufen der Sek. I

Die Gewichtung der Kernthemen richtet sich nach den jeweiligen personellen, organisatorischen und situativen Gegebenheiten.

Klassenstufe 5

Kleine Spiele
Basketball
Turnen
Leichtathletik

Klassenstufe 6

Kleine Spiele
Handball
Turnen
Leichtathletik

Klassenstufe 7

Handball
Tschoukball
Turnen
Basketball
Leichtathletik

Klassenstufe 8

Basketball
Volleyball
Floorball
Parcour
Leichtathletik

Klassenstufe 9

Fußball
und/oder Gymnastik/Tanz
Volleyball
Parcour
oder Turnen (Parallelbarren, Reck, Schwebebalken, Stufenbarren - zwei Geräte nach Wahl)
Ultimate Frisbee
Leichtathletik

Klassenstufe 10

Badminton
Basketball
Handball
Raufspiele oder Gymnastik/Tanz

Schulinternes Curriculum – Rückert-Gymnasium Berlin - Kurzfassung

Jahrgangsstufe: 5

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Spielen

Zeit in U-Stunden: ca. 21

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden
Leistung (Turniere)

Kooperation (Gruppen- und Mannschaftsspiele)

Körpererfahrung (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)
Die Schüler*innen können ...

Basketball

Niveaustufe C-D

Fangen

einen Basketball beidhändig per Brustpass und Bodenpass einander zuspielen und sicher fangen.

Dribbling

den Basketball mit links und rechts regelgerecht dribbeln.

Werfen

mit einer zielgerichteten, dem Positionswurf ähnlichen Wurfbewegung den Korb aus kurzer Distanz häufiger treffen.

Regelkunde

die Minibasketballregeln im Spiel anwenden.

Taktik

freie Räume und die Bewegungsrichtung des Balles und der Mitspieler erkennen und in vereinfachten Spielsituationen diese für die Offensive und Defensive nutzen.

Reflektieren und Urteilen

eigenes sportbezogenes Handeln formulieren und begründen.

Interagieren

unter Anleitung partiell Funktionen als Schiedsrichter oder Spielführer übernehmen.

Methoden anwenden

wesentliche Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen umsetzen.

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden
 Kooperation (in Gruppen und Mannschaften wettkämpfen und sich verständigen)
 Leistung (die eigene Leistung in Auseinandersetzung mit anderen erfahren und reflektieren)
 Wagnis (in Spielsituationen etwas wagen und verantworten)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Kleine Spiele

Ballspiele

Fang- und Abschlagspiele

Geschicklichkeitsspiele

Reflektieren und Urteilen

Interagieren

Methoden anwenden

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)
 Die Schüler*innen können ...

Niveaustufe C-D

freie Räume, die Bewegungsrichtung eines Spielobjekts sowie der Mitspielenden erkennen und in vielzähligen Spielformen (z.B. Zwei-Felder-Ball, Ball über/unter die Schnur, Zombieball, Treibball, Parteiball) für den Spielverlauf nutzen

Spielideen (z.B. diverse Fangspiele mit Erlösen durch Partner, Brückenwächter, Zeithasche, Schiffe versenken) erfassen und weitgehend selbstständig umsetzen

Spielideen (z.B. Geräte-Brennball, Staffelspiele) erfassen und weitgehend selbstständig umsetzen und in den Aspekten Regeln, Spielfeld, Spielobjekt, Team, Rollen und Hindernisse verändern

unterschiedliche Zugangsmöglichkeiten zu Sport und Bewegung erkennen und eigene Zugänge einordnen

in einfachen sport- und bewegungsbezogenen Situationen den vorgegebenen bzw. gemeinsam erarbeiteten Regeln entsprechend interagieren und unter Anleitung partiell Verantwortung in unterschiedlichen Funktionen übernehmen (z.B. als Schiedsrichterin und Schiedsrichter, Spielführerin und Spielführer bzw. bei kooperativen Aufgaben in Kleingruppen)

selbstständig bekannte Lernumgebungen sicher aufbauen
 einfache Informationen (z.B. Rückmeldungen) in Bewegung umsetzen
 zu einzelnen Merkmalen Rückmeldungen geben

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Laufen, Springen, Werfen, Stoßen

Zeit in U-Stunden: ca. 21

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden Pädagogische Perspektiven: Leistung (Erfahren der eigenen Leistung/Wettkampf) Körpererfahrung (Be- und Entlastung) Gesundheit (ausdauerndes Laufen)	
Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)	Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP) Die Schüler*innen können ...
Leichtathletik	Niveaustufe C –D
laufen	Merkmale für einen Sprint nennen und im Sprint umsetzen. aus dem Hochstart eine Kurzstrecke von 50m in individuellen Höchsttempo wettkampfnah zurücklegen. mindestens 12 Min. durchgehend laufen.
springen	mit maximaler Geschwindigkeit anlaufen und nach einbeinigem Absprung aus der Sprungzone im Schrittsprung mit anschließender beidbeiniger Landung in die Weite springen.
werfen	einen 80g Schlagball aus dem Dreischrittanlauf mit Stemmschritt mit einem Schlagwurf weit werfen. verschiedene Wurfgeräte weit werfen, auch in Spielformen
Reflektieren und Urteilen Interagieren	eigenes sportbezogenes Handeln formulieren und begründen. unter Anleitung partiell Funktionen als Kampfrichter übernehmen.
Methoden anwenden	Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen umsetzen entsprechend der vorgegebenen Regeln agieren.

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung (vorgegebene Bewegungsformen realisieren)

Wagnis (Bewältigung herausfordernder Geräteaufbauten)

Gestaltung (die kreative Gestaltung von Elementverbindungen zu einer Kür)

Kooperation (Gerätebewältigung mit Partnerinnen, Partnern oder in der Gruppe, die gemeinsame Präsentation von Bewegungen an Geräten und gezieltes Helfen und Sichern)

Körpererfahrung (Erspüren/Wahrnehmen von unterschiedlichen Körperpositionen, z.B. Rollbewegungen)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)

Die Schüler*innen können ...

Turnen

Niveaustufe D

Bodenturnen

eine Übungsverbindung aus Rolle vorwärts, Rolle rückwärts mit verbindenden Zwischenelementen turnen.

Schaukelringe

mit Körperspannung vor- und zurückschwingen
in den Hang kommen
freie Bewegungsformen erproben

Springen

mit Anlauf beidbeinig über Kästen unterschiedlicher Höhe mit der Hockwende springen

Gerätekombinationen

freie Bewegungsformen an unterschiedlichen Geräten kennenlernen

Interagieren

entsprechend der vorgegebenen Regeln interagieren.

Methoden anwenden

wesentliche Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen umsetzen.

Merkmale von Bewegungen nennen und wahrnehmen.

selbständig bekannte Lernumgebungen sicher auf- und abbauen.

Hilfe- und Sicherheitsstellung kennen und anwenden.

Jahrgangsstufe: 6

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Bewegungsfolgen gestalten und darstellen

Zeit in U-Stunden: ca. 12

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung/Gestaltung (die eigene Gestaltung von Bewegungskunststücken und deren Präsentation)

Körpererfahrung (das Erspüren/Wahrnehmen von Körperpositionen und Bewegungen wie Dehnen, Anspannen, Entspannen, Belastung)

Kooperation (die gemeinsame Gestaltung von Gruppenübungen, Helfen und Sichern)

Gesundheit (die Beachtung von Grundsätzen der Verletzungsprophylaxe)

Wagnis (sich selbst und anderen vertrauen)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)
Die Schüler*innen können ...

Akrobatik

Partnerakrobatik

Gruppenakrobatik

Interagieren

Methoden anwenden

Niveaustufe D

Übungen zur Schulung der Körperspannung und des Gleichgewichts

Erlernen der Grundstellung und des Aufsteigens

Unterschiedliche Elemente der Partnerakrobatik nach vorgegebenen Kriterien erproben und präsentieren

vertrauensbildende Gruppenübungen

selbstständige Auswahl und Präsentation von Pyramiden in unterschiedlichen Größen und Schwierigkeitsgraden

entsprechend der vorgegebenen Regeln interagieren.

wesentliche Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen umsetzen.

Merkmale von Bewegungen nennen, wahrnehmen, korrigieren.

selbständig bekannte Lernumgebungen sicher auf- und abbauen.

Hilfe- und Sicherheitsstellung kennen und anwenden.

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Spielen

Zeit in U-Stunden: ca. 21

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung (Turniere)

Kooperation (Gruppen- und Mannschaftsspiele)

Körpererfahrung (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)

Die Schüler*innen können ...

Handball

Niveaustufe D

Passen und Fangen

einen Handball einhändig mit einer zielgerichteten Schlagwurfbewegung (mindestens in Grobform) zielgenau über kürzere Distanzen zuspielen bzw. sicher fangen.

Dribbling

den Ball regelgerecht mit Handwechsel und Richtungswechsel dribbeln.

Kernwurf

den Handball nach Dribbling oder Zuspiel am Wurfkreis mit einer dem Schlagwurf ähnlichen Bewegung und Stemmschritt zielgenau auf das Tor werfen.

Regelkunde

grundlegende Handballregeln in vereinfachten Spielformen anwenden.

Taktik

freie Räume und die Bewegungsrichtung des Balles und der Mitspieler erkennen und in vereinfachten Spielsituationen diese für die Offensive und Defensive nutzen.

Reflektieren und Urteilen

eigenes sportbezogenes Handeln formulieren und begründen.

Interagieren

unter Anleitung partiell Funktionen als Schiedsrichter oder Spielführer übernehmen.

Methoden anwenden

wesentliche Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen umsetzen.

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Kooperation (in Gruppen und Mannschaften wettkämpfen und sich verständigen)

Leistung (die eigene Leistung in Auseinandersetzung mit anderen erfahren und reflektieren)

Wagnis (in Spielsituationen etwas wagen und verantworten)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)

Die Schüler*innen können ...

Kleine Spiele

Niveaustufe D

Ballspiele

freie Räume, die Bewegungsrichtung eines Spielobjekts sowie der Mitspielenden erkennen und in vielzähligen Spielformen (z.B. Zwei-Felder-Ball, Ball über/unter die Schnur, Zombieball, Treibball, Parteiball) für den Spielverlauf nutzen

Fang- und Abschlagsspiele

Spielideen (z.B. diverse Fangspiele mit Erlösen durch Partner, Brückenwächter, Zeithasche, Schiffe versenken) erfassen und weitgehend selbstständig umsetzen

Geschicklichkeitsspiele

Spielideen (z.B. Geräte-Brennball, Staffelspiele) erfassen und weitgehend selbstständig umsetzen und in den Aspekten Regeln, Spielfeld, Spielobjekt, Team, Rollen und Hindernisse verändern

Reflektieren und Urteilen

die eigenen sport- und bewegungsbezogenen Handlungen kriteriengeleitet hinterfragen

Interagieren

in einfachen sport- und bewegungsbezogenen Situationen den vorgegebenen bzw. gemeinsam erarbeiteten Regeln entsprechend interagieren und unter Anleitung partiell Verantwortung in unterschiedlichen Funktionen übernehmen (z.B. als Schiedsrichterin und Schiedsrichter, Spielführerin und Spielführer bzw. bei kooperativen Aufgaben in Kleingruppen)

Methoden anwenden

selbstständig bekannte Lernumgebungen sicher aufbauen
einfache Informationen (z.B. Rückmeldungen) in Bewegung umsetzen
zu einzelnen Merkmalen Rückmeldung geben

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Laufen, Springen, Werfen, Stoßen

Zeit in U-Stunden: ca. 21

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung (Erfahren der eigenen Leistung/Wettkampf)

Körpererfahrung (Be- und Entlastung)

Gesundheit (ausdauerndes Laufen)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)
Die Schüler*innen können ...

Leichtathletik

laufen

Niveaustufe D

Merkmale für einen Sprint nennen und im Sprint umsetzen.
aus dem Hochstart eine Kurzstrecke von 50m in individuellen Höchsttempo
wettkampfnah zurücklegen.
mindestens 15 Min. durchgehend laufen.

springen

mit maximaler Geschwindigkeit anlaufen und nach einbeinigem Absprung aus der
Sprungzone im Schrittsprung mit anschließender beidbeiniger Landung in die Weite
springen.

werfen

einen 80g Schlagball aus dem Dreischrittanlauf mit Stemmschritt mit einem
Schlagwurf weit werfen.
verschiedene Wurfgeräte weit werfen, auch in Spielformen

Reflektieren und Urteilen

Interagieren

eigenes sportbezogenes Handeln formulieren und begründen.
unter Anleitung partiell Funktionen als Kampfrichter übernehmen.

Methoden anwenden

Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen umsetzen
entsprechend der vorgegebenen Regeln agieren.
Auswirkungen von Bewegung nennen (z.B. Fehlstart, Übertreten)

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung (vorgegebene Bewegungsformen realisieren)

Wagnis (Bewältigung herausfordernder Geräteaufbauten)

Gestaltung (die kreative Gestaltung von Elementverbindungen zu einer Kür)

Kooperation (Gerätebewältigung mit Partnerinnen, Partnern oder in der Gruppe, die gemeinsame Präsentation von Bewegungen an Geräten und gezieltes Helfen und Sichern)

Körpererfahrung (Erspüren/Wahrnehmen von unterschiedlichen Körperpositionen, z.B. Rollbewegungen)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)

Die Schüler*innen können ...

Turnen

Niveaustufe D

Bodenturnen

eine Übungsverbindung aus Rolle vorwärts, Rolle rückwärts und Kopfstand mit verbindenden Zwischenelementen turnen.

Schaukelringe

mit Körperspannung vor- und zurückschwingen mit halber Drehung in den Hang kommen und eine Überschlagbewegung ausführen

Springen

mit Anlauf beidbeinig auf Kästen unterschiedlicher Höhe springen bzw. mit Anlauf beidbeinig mittels Hocksprung über Kästen unterschiedlicher Höhe springen

Interagieren

entsprechend der vorgegebenen Regeln interagieren.

Methoden anwenden

wesentliche Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen umsetzen.

Merkmale von Bewegungen nennen, wahrnehmen, korrigieren.

selbständig bekannte Lernumgebungen sicher auf- und abbauen.

Hilfe- und Sicherheitsstellung kennen und anwenden.

Jahrgangsstufe: 7

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Spielen

Zeit in U-Stunden: ca. 21

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung (Turniere)

Kooperation (Gruppen- und Mannschaftsspiele)

Körpererfahrung (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)

Die Schüler*innen können ...

Basketball

Niveaustufe E

Technik:

Fangen

einen Basketball beidhändig per Überkopfpass, Druckpass, Bodenpass einander zuspielen und sicher fangen.

Dribbling

den Basketball mit links und rechts und Handwechsel regelgerecht dribbeln.

Werfen

mit dem Positionswurf (mindestens in Grobform) den Korb aus kurzer Distanz mit einer bogenförmigen Flugkurve häufiger treffen.

Regelkunde

die Minibasketballregeln im Spiel anwenden.

Taktik

freie Räume und die Bewegungsrichtung des Balles und der Mitspieler erkennen und diese für die Offensive und Defensive nutzen.

Reflektieren und Urteilen

eigenes sportbezogenes Handeln formulieren und begründen.

Interagieren

unter Anleitung partiell Funktionen als Schiedsrichter oder Spielführer übernehmen.

Methoden anwenden

wesentliche Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen umsetzen.

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Spielen

Zeit in U-Stunden: ca. 21

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung (Turniere)

Kooperation (Gruppen- und Mannschaftsspiele)

Körpererfahrung (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)

Die Schüler*innen können ...

Handball

Niveaustufe E

Passen und Fangen

einen Handball einhändig mit einer Schlagwurfbewegung zielgenau über kürzere Distanzen zuspielen bzw. sicher fangen.

Dribbling

den Ball regelgerecht mit Handwechsel und Richtungswechsel dribbeln.

Kernwurf/Schlagwurf

den Handball nach Dribbling oder Zuspiel am Wurfkreis mit Schlagwurf und Stemmschritt zielgenau auf das Tor werfen.

Regelkunde

wesentliche Handballregeln im Spiel anwenden.

Taktik

freie Räume und die Bewegungsrichtung des Balles und der Mitspieler erkennen und diese für die Offensive und Defensive nutzen.

Reflektieren und Urteilen

eigenes sportbezogenes Handeln formulieren und begründen.

Interagieren

unter Anleitung partiell Funktionen als Schiedsrichter oder Spielführer übernehmen.

Methoden anwenden

wesentliche Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen umsetzen.

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Spielen

Zeit in U-Stunden: ca. 9

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Kooperation (Gruppen- und Mannschaftsspiele)

Körpererfahrung (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)

Die Schüler*innen können ...

Tschoukball

Niveaustufe E

Taktik

Reflektieren und Urteilen

Interagieren

Methoden anwenden

freie Räume erkennen in diese in der Offensive und Defensive nutzen.

eigenes sportbezogenes Handeln formulieren und begründen.

die Spielidee erfassen und die Regeln im Spiel umsetzen.

unter Anleitung partiell Funktionen als Schiedsrichter oder Spielführer übernehmen.

eigenes sportbezogenes Handeln formulieren und begründen.

wesentliche Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen

umsetzen.

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Laufen, Springen, Werfen, Stoßen

Zeit in U-Stunden: ca. 21

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Methoden anwenden	
Pädagogische Perspektiven: Leistung (Erfahren der eigenen Leistung/Wettkampf) Körpererfahrung (Be- und Entlastung) Gesundheit (ausdauerndes Laufen)	
Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)	Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP) Die Schüler*innen können ...
Leichtathletik	Niveaustufe E
laufen	Merkmale für einen Sprint nennen und im Sprint umsetzen. aus dem Hochstart eine Kurzstrecke von 75 m in individuellen Höchsttempo wettkampfnah zurücklegen. mindestens 18 Min. durchgehend laufen.
springen	mit maximaler Geschwindigkeit anlaufen und nach einbeinigem Absprung aus der Sprungzone unter Betonung eines langen Schrittsprungs mit anschließender beidbeiniger Landung in die Weite springen.
werfen	einen 200 g Schlagball aus dem Dreischrittanlauf mit Stemmschritt mit einem Schlagwurf weit werfen.
Reflektieren und Urteilen Interagieren	eigenes sportbezogenes Handeln formulieren und begründen. unter Anleitung partiell Funktionen als Kampfrichter übernehmen.
Methoden anwenden	Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen umsetzen entsprechend der vorgegebenen Regeln agieren. Auswirkungen von Bewegung nennen (z.B. Fehlstart, Übertreten), auch hinsichtlich ihrer Funktionalität.

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Bewegen an Geräten

Zeit in U-Stunden: ca. 18

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden Pädagogische Perspektiven: Körpererfahrung (das Fliegen bei Sprüngen) Gestaltung (von Elementverbindungen) Wagnis (Bewältigung herausfordernder Geräteaufbauten) Leistung (vorgegebene Bewegungsformen realisieren)	
Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)	Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP) Die Schüler*innen können ...
Turnen Bodenturnen Sprung Interagieren Methoden anwenden	Niveaustufe E eine Übungsverbindung aus Rolle vorwärts- und rückwärts, Handstand, Kofstand, Rad/Radwende mit verbindenden Zwischenelementen turnen. nach kurzem Anlauf und beidbeinigem Absprung in das Sprungbrett einen Bock/Doppelbock mit einer Grätsche und/oder im Hocksprung überwinden entsprechend der vorgegebenen Regeln interagieren. wesentliche Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen umsetzen. Merkmale von Bewegungen nennen, wahrnehmen, korrigieren. selbständig bekannte Lernumgebungen sicher auf- und abbauen. Hilfe- und Sicherheitsstellung kennen und anwenden.

Jahrgangsstufe: 8

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Spielen

Zeit in U-Stunden: ca. 18

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung (Turniere)

Kooperation (Gruppen- und Mannschaftsspiele)

Körpererfahrung (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)
Die Schüler*innen können ...

Basketball

Passen, Fangen, Dribbling

Abstoppen

Korbleger

Regelkunde

Taktik

Reflektieren und Urteilen

Interagieren

Methoden anwenden

Nivaustufe F

in einfachen Komplexenübungen die Techniken des Passens, Fangens und des Dribblings miteinander kombinieren.

den Parallelstopp und Sternschritt in einfachen Spielformen anwenden.

den Korb mit dem Positionswurf aus verschiedenen Positionen direkt bzw. indirekt treffen.

den Korbleger von der rechten Seite (Linkshänder: linke Seite) nach einem Dribbling mit Zweier-Kontakt (mindestens in Grobform) ausführen.

Regelerweiterungen (z. B. Rückspiel) im Spiel anwenden.

freie Räume und die Bewegungsrichtung des Balles und der Mitspieler erkennen und diese für die Offensive und Defensive nutzen.

Entscheidungen für ihr sportbezogenes Handeln formulieren und begründen.

unter Anleitung Verantwortung als Schiedsrichter bzw. Spielführer übernehmen.

Merkmale sportbezogener Handlungen nennen, wahrnehmen und korrigieren.

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Spielen

Zeit in U-Stunden: ca. 9

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden Pädagogische Perspektiven: Leistung (Turniere) Kooperation (Gruppen- und Mannschaftsspiele) Körpererfahrung (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern Bewegungserfahrungen erweitern)	
Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)	Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP) Die Schüler*innen können ...
Floorball Taktik Reflektieren und Urteilen Interagieren Methoden anwenden	Niveaustufe F die Spielidee erfassen und die Regeln im Spiel umsetzen einfache Finten funktional anwenden. freie Räume und die Bewegungsrichtung des Balles und der Mitspieler erkennen und diese für die Offensive und Defensive nutzen. Entscheidungen für ihr sportbezogenes Handeln formulieren und begründen. unter Anleitung Verantwortung als Schiedsrichter bzw. Spielführer übernehmen. Merkmale sportbezogener Handlungen nennen, wahrnehmen und korrigieren.

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Laufen, Springen, Werfen, Stoßen

Zeit in U-Stunden: ca. 21

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden Pädagogische Perspektiven: Leistung (Erfahren der eigenen Leistung/Wettkampf) Körpererfahrung (Be- und Entlastung) Gesundheit (ausdauerndes Laufen)	
Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)	Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP) Die Schüler*innen können ...
Leichtathletik	Niveaustufe F
laufen	aus dem Hochstart eine Kurzstrecke von 75 m in individuellen Höchsttempo wettkampfnah zurücklegen. im Sprinttempo die Arme dicht am Körper in Laufrichtung bewegen und ausschließlich auf den Ballen laufen. mindestens 20 Min. durchgehend laufen.
springen	nach einem Steigerungslauf mit einbeinigem Absprung aus der Sprungzone unter Betonung des Schrittsprungs und anschließender beidbeiniger Landung in die Weite springen.
werfen	einen 200 g Schlagball nach Fünf- bzw. Siebenschrittanlauf und Stemmschritt mit einem Schlagwurf weit werfen.
Reflektieren und Urteilen	Entscheidungen für ihr sportbezogenes Handeln formulieren und begründen.
Interagieren	entsprechend der vorgegebenen Regeln interagieren. Funktionen als Kampfrichter übernehmen.
Methoden anwenden	Merkmale sportbezogener Handlungen nennen, wahrnehmen und korrigieren. Auswirkungen sportlicher Belastung und Erholung beschreiben. Möglichkeiten des Übens und Trainierens zur Leistungssteigerung nennen.

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung (vorgegebene Bewegungsformen realisieren)

Wagnis (Bewältigung herausfordernder Geräteaufbauten)

Gestaltung (die kreative Gestaltung von Elementverbindungen zu einer Kür oder die individuelle Bewältigung von Gerätearrangements)

Kooperation (Gerätebewältigung mit Partnerinnen, Partnern oder in der Gruppe, die gemeinsame Präsentation von Bewegungen an Geräten und gezieltes Helfen und Sichern)

Körpererfahrung (Fliegen bei hohen Sprüngen, Bewältigung von Geräten mit geschlossenen Augen unter Partnerhilfe)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)

Die Schüler*innen können ...

Parkoursport

Niveaustufe F

Basistechniken

Basistechniken (z.B Balancieren, Sprünge, Abrolltechniken, Stützen, Hangeln) ausführen.

Abrolltechniken (Fallschule)

Bewegungen aus niedrigen Höhen mit unterschiedlichen Techniken abfedern (z.B. Parkourrolle) und fortführen.
die Parkourrolle aus dem Stand und der Bewegung ausführen und dynamisch in die nächste Bewegung übergehen

Balancieren

über unterschiedliche, kleinere Distanzen und auf verschiedenen Turngeräten ihr Gleichgewicht halten (z.B. Bänke, Kästen, Reckstangen, Barren und Medizinbälle).
einen Sprung präzise auf einer Landefläche aufsetzen und in den stabilen Stand abfedern oder kontrolliert in die nächste Bewegung übergehen.

Präzisionssprünge

Sprünge auf und über Hindernisse mit verschiedenen Sprungtechniken (z.B. Crane Jump, Hockwende, Lazy Vault) überwinden und sicher landen.

Sprünge über Hindernisse

einen Hindernisparkour mit verschiedenen, aufeinander folgenden Elementen ohne Unterbrechung flüssig ausführen.

Hindernisparkour (Single-Run, Gruppen-Run)

Gerätekombinationen herstellen, bewältigen und variieren.b

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Spielen

Zeit in U-Stunden: ca. 21

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden Pädagogische Perspektiven: Leistung (Turniere) Kooperation (Gruppen- und Mannschaftsspiele) Körpererfahrung (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern)	
Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)	Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP) Die Schüler*innen können ...
Volleyball Technik Regelkunde Taktik Reflektieren und Urteilen Interagieren Methoden anwenden	Niveaustufe F einen Volleyball (überwiegend) frontal Pritschen und Baggern. einen Volleyball auf einem Mini-Volleyballfeld mit 2 bzw. 3 Ballkontakten regelgerecht über das Netz spielen. die Regeln des Mini-Volleyballs im Spiel anwenden. die Positionen beim Dreier- bzw. Viererriegel einnehmen. freie Räume erkennen und für die Offensive nutzen. Entscheidungen für ihr sportbezogenes Handeln formulieren und begründen. unter Anleitung Verantwortung als Schiedsrichter, Spielführer übernehmen. Merkmale sportbezogener Handlungen nennen, wahrnehmen und korrigieren. wesentliche Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen umsetzen.

Jahrgangsstufe: 9

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Spielen

Zeit in U-Stunden: ca. 18

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden Pädagogische Perspektiven: Leistung (Turniere) Kooperation (Gruppen- und Mannschaftsspiele) Körpererfahrung (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern)	
Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)	Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP) Die Schüler*innen können ...
Fußball	Niveaustufe G
Technik	den Fußball - um feste Hindernisse dribbeln - mit dem Innenseitstoß flach zuspieren - mit unterschiedlichen Techniken stoppen - mit dem Innenseitstoß bzw. Innenspannstoß (mindestens in Grobform) zielgenau auf das Tor schießen.
Taktik	einfache Finten in Komplexübungen anwenden. abgestimmte mannschaftstaktische Verhaltensweisen in offensiven und defensiven Situationen anwenden.
Reflektieren und Urteilen	im Spiel trotz gegnerischer Einwirkung zielführend abschließen. kriteriengeleitet Urteile zu eigenen Bewegungshandlungen formulieren und begründen.
Interagieren	eigeninitiativ Verantwortung als Schiedsrichter, Spielführer, Experte übernehmen.
Methoden anwenden	selbständig wesentliche Informationen aus Medien und Bewegungsbeschreibungen entnehmen und diese in Bewegungshandlungen umsetzen. Möglichkeiten des Übens und Trainierens zu Leistungssteigerung erklären.

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Laufen, Springen, Werfen, Stoßen

Zeit in U-Stunden: ca. 21

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung (Erfahren der eigenen Leistung/Wettkampf)

Körpererfahrung (Be- und Entlastung)

Gesundheit (ausdauerndes Laufen)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)

Die Schüler*innen können ...

Leichtathletik

Niveaustufe G

laufen

nach dem Tiefstart aus einem Startblock eine Kurzstrecke von 100 m in individuellem Höchsttempo wettkampfnah zurücklegen.

im Sprinttempo die optimale Schrittlänge über die gesamte Distanz weitgehend beibehalten.

bis zu 25 Minuten durchgehend laufen.

Weitspringen:

wettkampfnah nach einem Steigerungslauf mit einbeinigem Absprung vom Sprungbalken im Schrittsprung und anschließender beidbeiniger Landung in die Weite springen.

den Anlauf individuell abmessen.

Hochspringen (Flop)

wettkampfnah nach einem rhythmischen bogenförmigen Anlauf (3 – 5 Schritte) mit deutlichem Schwungbeineinsatz einbeinig abspringen, die Latte mit dem Rücken überqueren und in L-Stellung auf der Matte landen.

Kugelstoß

wettkampfnah eine Kugel aus der Stoßauslage mit Nachstellschritt und anschließender Ganzkörperstreckung regelgerecht weit stoßen.

Reflektieren und Urteilen

kriteriengeleitet Urteile zu eigenen Bewegungshandlungen und formulieren und begründen.

Interagieren

eigeninitiativ Funktionen als Kampfrichter, Experte übernehmen.

Methoden anwenden

Sicherheitsmaßnahmen kennen und zuverlässig anwenden.

Möglichkeiten des Übens und Trainierens zur Leistungssteigerung erklären.

Selbständig wesentliche Informationen aus Medien entnehmen, anderen vermitteln und diese in Bewegungshandlungen umsetzen.. Helferdienste.

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung (vorgegebene Bewegungsformen realisieren)

Wagnis (Bewältigung herausfordernder Geräteaufbauten)

Gestaltung (die kreative Gestaltung von Elementverbindungen zu einer Kür oder die individuelle Bewältigung von Gerätearrangements)

Kooperation (Gerätebewältigung mit Partnerinnen, Partnern oder in der Gruppe, die gemeinsame Präsentation von Bewegungen an Geräten und gezieltes Helfen und Sichern)

Körpererfahrung (Fliegen bei hohen Sprüngen, Bewältigung von Geräten mit geschlossenen Augen unter Partnerhilfe)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)
Die Schüler*innen können ...

Parkoursport

Basistechniken

Abrolltechniken (Fallschule)

Balancieren

Präzisionssprünge

Sprünge über Hindernisse

Hindernisparkour (Single-Run, Gruppen-Run)

Niveaustufe G

Basistechniken (z.B. Balancieren, Sprünge, Abrolltechniken, Stützen, Hangeln) ausführen.

Bewegungen aus größeren Höhen mit unterschiedlichen Techniken abfedern (z.B. Parkourrolle) und dynamisch fortführen.

die Parkourrolle aus dem Stand und der Bewegung ausführen und dynamisch in die nächste Bewegung übergehen

über unterschiedliche, größere Distanzen und auf verschiedenen Turngeräten ihr Gleichgewicht halten (z.B. Bänke, Kästen, Reckstangen, Barren und Medizinbälle).

einen Sprung präzise auf einer Landefläche aufsetzen und in den stabilen Stand abfedern oder kontrolliert in die nächste Bewegung übergehen.

Sprünge auf und über Hindernisse mit verschiedenen Sprungtechniken (z.B. Speed Vault, Durchhocken, Reverse Vault) überwinden und sicher landen.

einen Hindernisparkour mit verschiedenen, aufeinander folgenden Elementen ohne Unterbrechung dynamisch und flüssig ausführen.

Gerätekombinationen herstellen, bewältigen und variieren.

eigene Bewegungen erfinden und bewältigen.

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Bewegungsfolgen gestalten und darstellen**Zeit in U-Stunden: ca. 18**

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung/Gestaltung (die eigene Gestaltung von Kürübungen, Tänzern und/oder Bewegungskunststücken und deren Präsentation)

Kooperation (die gemeinsame Gestaltung von Gruppenübungen)

Gesundheit (Beachtung von Grundsätzen der Funktionsgymnastik)

Körpererfahrung (das Erspüren/Wahrnehmen von Körperpositionen und Bewegungen)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)
Die Schüler*innen können ...

Tänzerische Gymnastikformen**Niveaustufe G**

-ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen eine Bewegungsfolge nach einem Rhythmus mit einem oder mehreren Gegenständen (z.B. Ball, Band, Reifen) mit einer Partnerin, einem Partner oder in der Gruppe selbstständig gestalten und präsentieren

Tanzformen (z.B. HipHop, Jumpstyle)

ausgewählte Grundtechniken von Tanzformen einzeln oder in der Gruppe ausführen und in Bewegungsverbindungen präsentieren.

Reflektieren und Urteilen

kriteriengeleitet Urteile zu eigenen sportlichen Handlungen formulieren und begründen.

Interagieren

eigeninitiativ Verantwortung in unterschiedlichen Funktionen übernehmen (z.B. bei der Erarbeitung von Choreographien in Kleingruppen)

Methoden anwenden

Merkmale sport- und bewegungsbezogener Handlungen nennen, wahrnehmen und korrigieren selbstständig wesentliche Informationen aus Medien (z.B. Videoclips) und Bewegungsbeschreibungen entnehmen und diese in Bewegungshandlungen umsetzen

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Bewegen an Geräten

Zeit in U-Stunden: ca. 21

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Körpererfahrung (Bewegungsformen an unterschiedlichen Geräten)

Gestaltung (von Elementverbindungen)

Wagnis (Bewältigung herausfordernder Geräteaufbauten)

Leistung (vorgegebene Bewegungsformen realisieren)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)
Die Schüler*innen können ...

Turnen

Niveaustufe G

Reck

an einem brusthohen Reck den Aufschwung, Umschwung vorlinks vorwärts und Unterschwung in einer Übungsverbindung ausführen.

Parallelbarren

mit gestreckten Beinen im Stütz sicher schwingen, eine Rolle vorwärts auf den Holmen ausführen und beim Abgang eine Wende oder Kehre ausführen.

Stufenbarren

Hüftaufschwung am unteren Holm, Spreizen und Drehen am unteren Holm und/oder Aufhocken am unteren Holm, Felgunterschwung aus dem Stütz am oberen Holm über den unteren Holm oder Hohe Wende.

Schwebebalken

Sprungaufhocken oder Aufhocken einbeinig (alternativ mit Sprungbrett), gymnastische Elemente wie z.B. Stände, Schritte, Drehungen, Standwaage in einer Übungsverbindung ausführen.

Reflektieren und Urteilen

kriteriengeleitet Urteile zu eigenen bewegungsbezogenen Handlungen formulieren und begründen.

Interagieren

eigeninitiativ Verantwortung als Experte, Übungsleiter übernehmen.
Merkmale von Bewegungsabläufen nennen, wahrnehmen und korrigieren.
selbständig bekannte Lernumgebungen sicher auf- und abbauen.

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Kooperation (Gruppen- und Mannschaftsspiele)

Körpererfahrung (körperloses Spiel)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)

Die Schüler*innen können ...

Ultimate Frisbee

Niveaustufe G

Technik

die Frisbeescheibe regelgerecht sicher fangen und werfen.

Regelkunde

die Regeln im Spiel sicher anwenden.

Taktik

sich ohne Schiedsrichter bei Regelverstößen einigen.

Reflektieren und Urteilen

abgestimmte unterschiedliche mannschaftstaktische Verhaltensweisen in offensiven und defensiven Situationen anwenden.

Methoden anwenden

kriteriengeleitet Urteile zu eigenen sportlichen Handlungen formulieren und begründen.

Interagieren

selbständig Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen umsetzen.

eigeninitiativ Funktionen als Spielführer, Experte übernehmen.

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Spielen

Zeit in U-Stunden: ca. 21

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung (Turniere)

Kooperation (Gruppen- und Mannschaftsspiele)

Körpererfahrung (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)
Die Schüler*innen können ...

Volleyball

Technik

Taktik

Reflektieren und Urteilen

Interagieren

Methoden anwenden

Niveaustufe G

einen Volleyball mit dem oberen bzw. unteren Zuspiel in einem Winkel von 45-90° zu einem Partner hoch zuspielen („stellen“).

den Ball mit der Angabe von unten über das Netz eines Minivolleyballfeldes spielen
eine Angabe mit dem unteren Zuspiel annehmen.

einen Volleyball auf einem Minivolleyballfeld hoch auf Position III spielen.
auf Position III den Ball (überwiegend) auf die Positionen II und IV abspielen.

den Dreierriegel und Viererriegel im Spiel umsetzen.

freie Räume erkennen und für die Offensive nutzen.

kriteriengeleitet Urteile zu eigenen sportlichen Handlungen formulieren und begründen.

eigeninitiativ Funktionen als Schiedsrichter, Spielführer, Experte übernehmen.

selbständig Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen umsetzen.

Möglichkeiten des Übens und Trainierens zur Leistungssteigerung erklären.

Jahrgangsstufe: 10

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Spielen

Zeit in U-Stunden: ca. 21

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden Pädagogische Perspektiven: Leistung (Turniere) Kooperation (Doppel) Körpererfahrung (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern)	
Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)	Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP) Die Schüler*innen können ...
Badminton Technik Regelkunde Taktik Reflektieren und Urteilen Interagieren Methoden anwenden	Niveaustufe H den Federball (jeweils in Grobform) - mit einem Überkopfclear in das hintere Drittel des gegnerischen Feldes spielen - mit einem Überkopfdrop dicht über das Netz in den Bereich der vorderen Aufschlaglinie des gegnerischen Feldes spielen - als Schmetterball in das gegnerische Feld spielen - mit einem regelgerechten hohen Aufschlag in das hintere Drittel des gegnerischen Feldes spielen - einen Netzstop spielen - alle Schläge mit dem Universalgriff ausführen. die Badmintonregeln im Spiel anwenden. den Gegner häufig durch das Spiel in die Ecken aus der Zentralposition vertreiben. nach jedem gespielten Ball in die Zentralposition laufen. kriteriengeleitet Urteile zu eigenen Bewegungshandlungen formulieren und begründen. eigeninitiativ Verantwortung als Schiedsrichter bzw. Experte übernehmen. selbständig wesentliche Informationen aus Medien und Bewegungsbeschreibungen entnehmen und diese in Bewegungshandlungen umsetzen. Möglichkeiten des Übens und Trainierens zu Leistungssteigerung erklären

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung (Turniere)

Kooperation (Gruppen- und Mannschaftsspiele)

Körpererfahrung (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)

Die Schüler*innen können ...

Basketball

Niveaustufe H

Technik

durch regelgerechtes individuelles Abwehrverhalten den Gegner beim Passen/Korbwurf behindern.
den Sprungwurf in Grobform ausführen.
den Korbleger (nach Zuspiel) von der rechten und linken Seite ausführen.
einfache Finten in Komplexübungen durchführen.
Regelerweiterungen im Spiel anwenden.
die eigene Position in einer Zonenverteidigung beibehalten.
kriteriengeleitet Urteile zu eigenen Bewegungshandlungen formulieren und begründen.
eigeninitiativ Verantwortung als Schiedsrichter, Spielführer, Experte übernehmen.
selbständig wesentliche Informationen aus Medien und Bewegungsbeschreibungen entnehmen und diese in Bewegungshandlungen umsetzen.
Möglichkeiten des Übens und Trainierens zu Leistungssteigerung nennen.

Regelkunde

Taktik

Reflektieren und Urteilen

Interagieren

Methoden anwenden

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Spielen

Zeit in U-Stunden: ca. 15

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung (Spielsituationen, Spiele auch nach regulärer Zeitvorgabe, Turniere)

Kooperation (Gruppen- und Mannschaftsspiele)

Körpererfahrung (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)
Die Schüler*innen können ...

Handball

Technik

Regelkunde

Taktik

Reflektieren und Urteilen

Interagieren

Methoden anwenden

Niveaustufe H

durch regelgerechtes individuelles Abwehrverhalten den Gegner beim Passspiel und Torwurf behindern.

den Sprungwurf in Grobform ausführen.

einfache Finten in Komplexübungen durchführen.

Regelerweiterungen im Spiel anwenden.

die angesagte Position in einer Manndeckung und/oder im Positionsspiel einnehmen und regelgerecht ausführen.

kriteriengeleitet Urteile zu eigenen Bewegungshandlungen formulieren und begründen.

eigeninitiativ Verantwortung als Schiedsrichter, Spielführer, Experte übernehmen.

selbstständig wesentliche Informationen aus Medien und Bewegungsbeschreibungen entnehmen und diese in Bewegungshandlungen umsetzen.

Möglichkeiten des Übens und Trainierens zur Leistungssteigerung nennen.

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Laufen, Springen, Werfen, Stoßen

Zeit in U-Stunden: ca. 21

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung (Erfahren der eigenen Leistung/Wettkampf)

Körpererfahrung (Be- und Entlastung)

Gesundheit (ausdauerndes Laufen)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Leichtathletik

laufen

springen:

Weitspringen

Hochsprung (Flop)

Kugelstoß

Reflektieren und Urteilen

Interagieren

Methoden anwenden

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)

Die Schüler*innen können ...

Niveaustufe H

nach dem Tiefstart aus einem Startblock eine Kurzstrecke von 100 m in individuellem Höchsttempo wettkampfnah zurücklegen.

ausschließlich auf den Ballen laufen, dabei den Schwungeinsatz der Arme dicht am Körper ausführen und den Oberkörper aufrecht halten.

im Sprinttempo die optimale Schrittlänge über die gesamte Distanz weitgehend beibehalten. bis zu 30 Minuten durchgehend laufen.

wettkampfnah nach einem Steigerungslauf mit einbeinigem Absprung vom Sprungbalken im Schrittsprung und anschließender beidbeiniger Landung in die Weite springen.

den Anlauf individuell abmessen.

wettkampfnah nach einem rhythmischen bogenförmigen Anlauf (5 -7 Schritte) mit deutlichem Schwungbeineinsatz einbeinig abspringen, die Latte mit dem Rücken und deutlicher Bogenspannung überqueren und in L-Stellung auf der Matte landen.

wettkampfnah eine Kugel aus dem Angleiten mit halber Drehung und anschließender Körperstreckung (Impulsübertragung) regelgerecht weit stoßen.

kriteriengeleitet Urteile zu eigenen Bewegungshandlungen und formulieren und begründen. eigeninitiativ Funktionen als Kampfrichter übernehmen.

Sicherheitsmaßnahmen kennen und zuverlässig anwenden.

Möglichkeiten des Übens und Trainierens zur Leistungssteigerung erklären.

Selbständig wesentliche Informationen aus Medien entnehmen, anderen vermitteln und diese in Bewegungshandlungen umsetzen.

Maßnahmen des Helfens kennen und anwenden.

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Kämpfen nach Regeln

Zeit in U-Stunden: ca. 15

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung (Wettkampf)

Kooperation

Wagnis (Zulassen von Körperkontakt)

Körpererfahrung (Wirkung von Kräften auf den Körper beim Kämpfen)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)

Die Schüler*innen können ...

Raufspiele

Niveaustufe H

Taktik

abgestimmte unterschiedliche mannschaftstaktische Verhaltensweisen in offensiven und defensiven Spielsituationen anwenden.

Fallen

nach einer dynamischen Auseinandersetzung mit dem Gegner sicher und kontrolliert fallen.

Kämpfen

die körperliche Kontrolle über den Partner, bei dosiertem Widerstand, erlangen. ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten zielgerichtet und kontrolliert einsetzen.

Reflektieren und Urteilen

kriteriengeleitet Urteile zu eigenen sportlichen Handlungen und formulieren und begründen.

Interagieren

die gemeinsam erarbeitete Spielideen und Spielregeln eigenverantwortlich umsetzen.

Methoden anwenden

entsprechend festgelegter Regeln agieren und diese funktional weiter entwickeln.

eine sichere Lernumgebungen selbständig gestalten.

Wirkungszusammenhänge nennen.

Thema der U-Einheit/des U-Vorhabens: Bewegungsfolgen gestalten und darstellen **Zeit in U-Stunden:** ca. 15

Kompetenzbereiche (C 1, RLP): Bewegen und Handeln, Interagieren, Reflektieren und Beurteilen, Methoden anwenden

Pädagogische Perspektiven:

Leistung/Gestaltung (die eigene Gestaltung von Kürübungen, Tänzern und/oder Bewegungskunststücken und deren Präsentation)

Kooperation (die gemeinsame Gestaltung von Gruppenübungen)

Gesundheit (Beachtung von Grundsätzen der Funktionsgymnastik)

Körpererfahrung (das Erspüren/Wahrnehmen von Körperpositionen und Bewegungen)

Konkretisierung der Inhalte/Fachbegriffe usw. (C 3, RLP)

Konkretisierung der inhaltsbezogenen Standards nach Niveaustufen (C 2, RLP)
Die Schüler*innen können ...

Rope Skipping

Niveaustufe H

verschieden Elemente und Sprünge beim Ropeskipping (z.B. Jogstep, HighKnee, LegSwing) strukturgerecht ausführen
mit Partner oder in Gruppenformation, Bewegungsabfolgen entwickeln und präsentieren.

Tanzformen (z.B. HipHop, Rock'n'Roll)

ausgewählte Grundtechniken von Tanzformen einzeln oder in der Gruppe ausführen und in Bewegungsverbindungen unter besonderer Berücksichtigung von Bewegungsdynamik, Bewegungsweite und Bewegungstempo präsentieren.

Reflektieren und Urteilen

die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.

Interagieren

eigeninitiativ Verantwortung in unterschiedlichen Funktionen übernehmen (z.B. bei der Erarbeitung von Choreographien in Kleingruppen)

Methoden anwenden

Merkmale sport- und bewegungsbezogener Handlungen nennen, wahrnehmen und korrigieren, selbstständig wesentliche Informationen aus Medien (z.B. Videoclips) und Bewegungsbeschreibungen entnehmen, anderen vermitteln und diese in Bewegungshandlungen umsetzen