

Pflichtbereich 1: Spielen			
<p>Generelle Vorbemerkungen: Im Sinne der <i>integrativen Sportspielvermittlung</i> werden Gemeinsamkeiten der Sportspiele hervorgehoben. <i>Sportpädagogische Perspektiven:</i> z. B. „Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern“, „das Leisten erfahren und reflektieren“ bzw. „Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen“ <i>Leitperspektiven:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • BTV: Wertorientiertes Handeln; Konfliktbewältigung; Interessensausgleich 			
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
<p>Bewegungskompetenz 1,2,4</p> <p>Urteils- und Reflexionskompetenz 1,2</p> <p>Personalkompetenz 1,6</p> <p>Sozialkompetenz 2,3,4,5,6,7</p> <p>Ausführliche Beschreibungen s. Anhang</p>	<p>(1) sportspielübergreifende technische und taktische Basisfertigkeiten und -fähigkeiten in kleinen Spielen und kleinen Sportspielen anwenden</p> <p>(4) Spielsituationen in Angriff und Abwehr mit individual- und gruppentaktischen Maßnahmen lösen</p> <p>(5) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln die Sinnrichtungen erkennen</p> <p>(6) grundlegende Handlungen in Angriff und Abwehr nennen u. beschreiben</p> <p>(7) Spielregeln in Kleinen Spielen und Spielformen benennen und einhalten</p> <p>(8) Spielregeln mit Hilfen variieren</p> <p>(9) einfache Spielleitungsaufgaben übernehmen</p> <p>(10) den Unterschied zwischen fairem und unfairem Verhalten erkennen und dieses Wissen in Wettkämpfen anwenden</p> <p>(12) Spiele entwickeln (z.B. eine Spielidee übertragen)</p>	<p><i>Unterrichtsvorhaben: Wir lernen vielseitig und erfolgreich spielen</i></p> <p>Kleine Spiele, z. B. Brennball, Nummernpassen, Parteiball, Burgball, Wandball, Aufsetzerball, Stangentorball, Ball über die Schnur</p> <p>Technik: Passen, Fangen, Prellen, Schlagwurf, Werfen ohne und mit Zeit- und Gegnerdruck</p> <p>Taktik: Ball zum Ziel bringen, Lücke erkennen, Anbieten, Freilaufen, Verteidigung zwischen Gegner und Ziel, Angriffssituationen lösen</p> <p>Arten der Mannschaftsbildung, Einführung in die Schiedsrichtertätigkeit, Erarbeitung und Anwendung von Regeln</p>	<p>- Verbindung mit exekutiven Funktionen, z.B. kognitive Aufgaben einbinden</p> <p>- Verwendung unterschiedlicher Spielgeräte/ Bälle</p> <p>- Überzahlspiele</p> <p>- Thematisierung der Kommunikation (Blickkontakt, Handzeichen, Zuruf etc.)</p> <p>- Thematisierung der Fairness (z. B. heterogene und homogene Teams bilden und Emotionen reflektieren)</p>

Pflichtbereich 2: Laufen, Springen, Werfen				
<p>Generelle Vorbemerkungen: Der Schwerpunkt im Unterricht liegt auf dem <i>Sammeln und Erweitern von Bewegungserfahrungen</i>: vielfältige Geräte, Bewegungsformen und -aufgaben, variabel angelegter Erwerb von Bewegungsmustern mit Übungen und Wettbewerben, die den individuellen Leistungsstand und Lernfortschritt sichtbar machen, Übungen und Wettbewerbe als Einzel-, Gruppen- und Klassenwettkämpfe (Möglichkeiten und Anreize zur Kooperation), Spilleichtathletik <i>Sportpädagogische Perspektiven</i> z. B. „Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern“ bzw. „Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen“ bzw. „Das Leisten erfahren und reflektieren“ <i>Leitperspektiven:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • PG: Wahrnehmung und Empfindung • BTV: Toleranz, Solidarität, Inklusion, Antidiskriminierung 				
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise	
<p>Bewegungskompetenz 1,2</p> <p>Urteils- und Reflexionskompetenz 1</p> <p>Personalkompetenz 1,2,6</p> <p>Sozialkompetenz 2,6</p> <p>Ausführliche Beschreibungen s. Anhang</p>	(1) schnell und gewandt laufen	<p><i>Unterrichtsvorhaben: Um die Wette laufen: schnell, gewandt und rhythmisch</i></p> <p>Lauf-ABC, Lauftechnik: Ballenlauf, Kniehub, Armeinsatz, mit Richtungs- und Tempo-wechseln, Steigerungsläufe, Rhythmusschulung zum 3er-Rhythmus, Sprintspiele und Reaktionsspiele, Staffeln, Risikosprints, kurze Strecken</p>	<p>Vielfältige Erfahrungen durch entsprechende Lernsituationen ermöglichen z. B. mit Schrittvariationen (Frequenz), über Hindernisse, Slalom, Einbeziehung von Geländeformen Kombinationen z. B. Laufen mit Springen, Laufen mit Werfen (Biathlon)</p>	
	(1) weit und zielgenau werfen	<p><i>Unterrichtsvorhaben: Wir sammeln vielfältige Bewegungserfahrungen mit unterschiedlichsten Wurfgeräten, Wurf-ABC</i></p> <p>Wurftechnik: 3-Schritt-Anlauf, langer Arm Vielfältig Werfen mit z.B. Schlagball, Fahrradreifen (Schleudern), Medizinball (Stoßen), Zonenweitwurf</p>	<p>Vielfältige Erfahrungen ermöglichen durch unterschiedliche Wurfgeräte,-arten , -aufgaben etc.</p>	
	(1) weit und/oder hoch springen	<p><i>Unterrichtsvorhaben: Wir erleben die Vielfalt des Springens: weit, hoch, mehrfach</i></p> <p>Sprung-ABC, einbeinig - beidbeinig abspringen, aus dem Anlauf weit springen (Schritttechnik oder Hocktechnik) und/oder hoch springen (Schersprung), Mehrfachsprünge, Sprunggarten</p>	<p>Vergleich auch mit turnerischen Sprüngen möglich</p>	
	(5) eigene Bewegungen wahrnehmen	Kontrastaufgaben		
	(6) Inhalte und Regeln eines Wettbewerbs entwickeln	<p><i>Unterrichtsvorhaben:</i> <i>Wir entwickeln gemeinsam einen Wettbewerb, z.B. pädagogische Staffel, Olympiade, Laufspiel</i></p>		

Pflichtbereich 3: Bewegen an Geräten			
Generelle Vorbemerkungen:			
<p>Ziel des Unterrichts ist es, die Vielfalt der Bewegungsmöglichkeiten im Raum durch Geräte zu erfahren und so vielfältige Bewegungserfahrungen zu sammeln Gruppengestaltungen und Gemeinschaftspräsentation bieten Möglichkeiten und Anreize zur Kooperation. <i>Sportpädagogische Perspektiven:</i> „Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern“, „etwas wagen und verantworten“ bzw. „Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen“ und „sich körperlich ausdrücken und Bewegungen gestalten“ <i>Leitperspektiven:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • PG: Sicherheit und Unfallschutz; Selbstregulation und Lernen • BTV: Toleranz, Solidarität, Inklusion, Antidiskriminierung • MB: Kommunikation und Kooperation 			
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
<p>Bewegungskompetenz 1,2,3,4</p> <p>Urteils- und Reflexionskompetenz 1</p> <p>Personalkompetenz 1,2,5,6</p> <p>Sozialkompetenz 1,2,3,4,6,7</p> <p>Ausführliche Beschreibungen s. Anhang</p>	<p>(1) turnerische Grundtätigkeiten an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen anwenden</p> <p>(2) normgebundene Turnfertigkeiten an verschiedenen Geräten und aus unterschiedlichen Strukturgruppen ausführen</p> <p>(3) einfache akrobatische Figuren (zum Beispiel Flieger) paarweise und in der Gruppe ausführen</p> <p>(4) den Auf- und Abbau von Turngeräten sachgerecht ausführen</p> <p>(5) einfache Helferhandlungen ausführen</p> <p>(6) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln die Sinnrichtungen erkennen</p> <p>(7) Maßnahmen des Helfens und Sicherns benennen</p> <p>(8) in Wagnissituationen verantwortungsbewusst handeln</p> <p>(10) gemeinsam aus Grundtätigkeiten, akrobatischen Elementen und turnerischen Bewegungsfertigkeiten eine Gruppenpräsentation nachgestalten und präsentieren</p>	<p><i>Unterrichtsvorhaben: Wir sammeln Bewegungs-erfahrungen an Geräten und Gerätekombinationen</i></p> <p>Geräte auf- und abbauen Helfen und sichern</p> <p>Grundtätigkeiten: z. B. Balancieren, Rollen, Klettern, Hangeln, Schaukeln, Schwingen, Springen, Drehen</p> <p>Boden: Rollen in Variationen, Rolle vw, Rolle rw, Rad, Handstand</p> <p>Reck: Aufschwung, Felgabzug, Unterschwingung</p> <p><i>Unterrichtsvorhaben: Wir erarbeiten eine turnerisch - akrobatische Gemeinschaftspräsentation</i></p> <p>Erproben einfacher akrobatischer Elemente (z.B. Flieger) Erproben von Bodenelementen (z.B. rollen, auf den Händen stehen) Entwicklung einer Gruppenkür</p>	<p>Offene und gebundene Aufgaben zum „Rollen“</p> <p>Stütz- und Haltekraftübungen</p> <p>Rolle rw: von schiefer Ebene Rad: Senkrechte nicht zwingend, weite und nacheinander gesetzte Hände, Takt Scho-ko-laden-eis Handstand: an der Wand Aufschwung: mit Schwungbeineinsatz, Druckbeihilfe schiefe Ebene</p> <p>Unterschwingung: mit Schwungbeineinsatz</p> <p>Kriterien für Gemeinschaftspräsentation</p>

Pflichtbereich 4: Bewegen im Wasser – nur Klasse 6

Pflichtbereich 5: Tanzen, Gestalten, Darstellen

Generelle Vorbemerkungen:

Ziel des Unterrichts ist es, die Bewegungsvielfalt des eigenen Körpers wahrzunehmen und sich durch Bewegung darzustellen.

Gruppengestaltungen und Gemeinschaftspräsentation bieten Möglichkeiten und Anreize zur Kooperation.

Sportpädagogische Perspektiven: „Sich körperlich ausdrücken und Bewegungen gestalten“ bzw. „Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern“

Leitperspektiven:

- PG: Wahrnehmung und Empfindung
- MB: Kommunikation und Kooperation; Produktion und Präsentation
- BTV: Toleranz, Solidarität, Inklusion, Antidiskriminierung

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Bewegungskompetenz 2,3 Urteils- und Reflexionskompetenz 1 Personalkompetenz 2 Sozialkompetenz 1,2,3,6,7 Ausführliche Beschreibungen s. Anhang	(1) gymnastische Grundformen auch in Verbindungen ausführen (2) vorgegebene Bewegungen in einfachen Verbindungen zum Rhythmus von Musik umsetzen (4) ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität umsetzen, z.B. Körperspannung, Bewegungsweite (5) einfache Aufstellungsformen umsetzen (6) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln die Sinnrichtungen erkennen (7) ausgewählte Gestaltungskriterien, z.B. Raumwege, Aufstellungsformen erkennen und benennen (8) grundlegende Gerätetechniken benennen (9) Merkmale von Bewegungsqualität bei anderen erkennen und benennen (10) gestalterische Bewegungsaufgaben in der Gruppe lösen	<i>Unterrichtsvorhaben: Wir bewegen uns gemeinsamen auf Musik</i> Erarbeitung der Grundschrte aus den Grundformen Gehen, Hüpfen, Springen Variation der Reihenfolge der Schritte, der Aufstellungsform und der Raumwege	zu (10) z.B.: pantomimische Gestaltungsaufgaben oder Raumwege/ Aufstellungsformen ändern
		<i>Unterrichtsvorhaben: Wir gestalten eine Bewegungsverbinding mit dem Seil</i> Korrekte Seilhaltung, Seil durchschlagen, Elemente verbinden, Aufstellungsformen, Raumwege	Siehe Ergänzung zum Schulcurriculum: Pflichtübung Seil

Pflichtbereich 6: Fitness entwickeln			
<p>Ziel des Unterrichts ist es, dass Schülerinnen und Schüler alters- und entwicklungsgemäße koordinative und konditionelle Anforderungen bewältigen sowie Körperreaktionen und die physischen und psychischen Auswirkungen des Sporttreibens bewusst wahrnehmen.</p> <p><i>Sportpädagogischen Perspektiven:</i> „Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern“, „Das Leisten erfahren und reflektieren“, „Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen“ und „Gesundheit verbessern und Gesundheitsbewusstsein entwickeln“.</p> <p><i>Leitperspektiven:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • PG: Wahrnehmung und Empfindung; Bewegung und Entspannung; Körper und Hygiene; Sicherheit und Unfallschutz • VB: Chancen und Risiken der Lebensführung 			
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
<p>Bewegungskompetenz 1,2,4</p> <p>Urteils- und Reflexionskompetenz 1,2,3</p> <p>Personalkompetenz 1,2,3,4,6</p> <p>Sozialkompetenz 1,2,4,6</p> <p>Ausführliche Beschreibungen s. Anhang</p>	<p>(1) in sportlichen Anforderungssituationen entwicklungsgemäß angepasste konditionelle und koordinative Leistungen erbringen</p> <p>(2) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln die Sinnrichtungen erkennen</p> <p>(3) Signale und Reaktionen des eigenen Körpers (zum Beispiel nach Ausdauerbelastungen oder Entspannungsübungen) erkennen und beurteilen</p> <p>(4) ihren Puls messen</p> <p>(5) Vorgänge im Körper im Zusammenhang mit Belastung und Erholung beschreiben (zum Beispiel Puls, Atmung)</p> <p>(6) die Notwendigkeit sportgerechter Kleidung und die Gefahren von Piercing, Schmuck etc. beim Sport treiben benennen</p>	<p><i>Unterrichtsvorhaben: Wir steigern unsere Fitness – Schwerpunkt Ausdauer</i></p> <p>Eingangstest</p> <p>Ökonomisch laufen</p> <p>Tempogefühl entwickeln</p> <p>Körpersignale deuten (Puls/Atmung/Ermüdung)</p> <p>Spielerisches Lauftraining</p> <p>Retest</p> <p>Coopertest</p>	<p>Mehrperspektivität</p> <p>z. B. 6-Minuten-Lauf, Shuttle run</p> <p>z. B. Armführung</p> <p>z.B. Zeitschätzläufe</p> <p>Pulsmessung</p> <p>z.B. Puzzle-Lauf, Alter in Minuten laufen; Fahrtspiel; Intervallspielformen; siehe Eingangstest</p>
		<p><i>Unterrichtsvorhaben: Wir steigern unsere Fitness – Schwerpunkt Koordination und Kraft</i></p> <p>Halte- und Stützkraftübungen</p> <p>Seilspringen</p> <p>vielfältige Koordinationsübungen</p>	<p>z.B. Fitnessstest des MGG</p> <p>z.B. auf Musik, Ropeskipping</p> <p>z.B. mit Step, Bällen, Koordinationsleiter</p>

Wahlpflichtbereich 1: Miteinander/gegeneinander kämpfen			
<p>Generelle Vorbemerkungen</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler reflektieren die Unterschiede zwischen Kämpfen und Streiten. Sie sammeln Bewegungserfahrungen im verantwortungsbewussten Umgang mit einem Partner/einer Partnerin und im Kämpfen. Das bedeutet, sie entwickeln Verantwortung gegenüber dem Partner/der Partnerin und schaffen Vertrauen. Der beim Kämpfen notwendige Körperkontakt muss sensibel und – wenn notwendig – schrittweise angebahnt werden.</p> <p><i>Sportpädagogische Perspektiven:</i> „Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern“ bzw. „Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen“</p> <p><i>Leitperspektiven:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • PG: Selbstregulation und Lernen • BTv: Toleranz, Solidarität, Inklusion, Antidiskriminierung 			
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
<p>Bewegungskompetenz 2,3</p> <p>Urteils- und Reflexionskompetenz 1</p> <p>Personalkompetenz 1,4,5</p> <p>Sozialkompetenz 2,4,5,6,7</p>	<p>(1) verschiedene Formen des Zweikämpfens am Boden wie Verdrängen, Schieben, Drehen paarweise und in der Gruppe ausführen und anwenden</p> <p>(2) Taktiken und Strategien auch bei Gruppenwettkämpfen situationsbezogen anwenden</p> <p>(6) mit der eigenen Kraft situationsangemessen umgehen</p> <p>(7) Rituale ausführen und deren Bedeutung erklären</p> <p>(8) sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten</p> <p>(9) ihre Emotionen unter Anleitung reflektieren und kontrollieren</p> <p>(10) die grundlegenden Regeln des fairen Kämpfens nennen und erläutern</p> <p>(11) Rauf- und Kampfspiele mit Unterstützung variieren und entwickeln (z.B. auch um Schülerinnen und Schüler mit unterschiedlicher Begabung und/oder Voraussetzung einzubeziehen)</p>	<p><i>Unterrichtsvorhaben: Wir kämpfen regelgerecht – Zweikämpfe und Gruppenkämpfe</i></p> <p>Aufbau von Körperkontakt/Vertrauen zum Partner entwickeln</p> <p>Kämpfen um Gegenstände – paarweise und in der Gruppe</p> <p>→ Einführung der Stopregel, Rituale und Umgangsformen</p> <p>Kennenlernen und Erwerb verschiedener Techniken des Zweikämpfens: Schieben, Verdrängen, Drehen</p>	<p>- Vergleich von Kämpfen im Streit und Kämpfen als sportlicher Wettkampf</p> <p>- Verdeutlichung der Pole Miteinander und Gegeneinander</p> <p>- Bedeutung von Ritualen</p> <p>- Zweikampfformen zur Verbesserung der Halte- und Stützkraft</p> <p>- Steigerung von Vertrauens- und Kontaktübungen über Kampf um Gegenstände hin zu Gruppenkämpfen und Kämpfen um Lage, z. B Schildkrötenwenden</p>

Wahlpflichtbereich 2: Fahren, Rollen, Gleiten - entfällt