

Pflichtbereich 1: Spielen			
Generelle Vorbemerkungen:			
<p>Mit Hilfe der <i>spielgemäßen Methode</i> werden spielspezifische Techniken und Taktiken in reduzierten Zielspielen vermittelt.</p> <p><i>Sportpädagogische Perspektiven:</i> z. B. „Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern“, „das Leisten erfahren und reflektieren“ bzw. „Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen“</p> <p><i>Leitperspektiven:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • BTV: Wertorientiertes Handeln; Konfliktbewältigung; Interessensausgleich 			
Prozess-bezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
<p>Bewegungs-kompetenz 1,2,4</p> <p>Urteils- und Reflexions-kompetenz 1,2,3</p> <p>Personal-kompetenz 1,5,6</p> <p>Sozialkompetenz 2,3,4,5,6,7</p> <p>Ausführliche Beschreibungen s. Anhang</p>	<p>(1) sportspielspezifische Bewegungstechniken und Balltechniken in Gleichzahlspielen anwenden</p> <p>(2) in Angriff und Abwehr individual- und gruppentaktisch im reduzierten Zielspiel handeln</p> <p>(3) mannschaftstaktische Elemente im reduzierten Zielspiel anwenden</p> <p>(4) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln</p> <p>(5) wesentliche Merkmale der Grundtechniken nennen und beschreiben</p> <p>(6) Spielsituationen auf Darstellungen erkennen, beschreiben und erklären</p> <p>(7) spielspezifisch wichtige Taktiken für erfolgreiches Spiel nennen und erläutern</p> <p>(8) Fachbegriffe, Regeln und Taktiken dokumentieren</p> <p>(9) regelgerecht und fair – auch ohne Schiedsrichter – spielen</p> <p>(10) Spielleitungsaufgaben übernehmen</p> <p>(11) die eigene Spielfähigkeit einschätzen</p> <p>(12) mit Emotionen umgehen und sie reflektieren</p> <p>(13) Spielregeln selbständig variieren</p>	<p><i>Unterrichtsvorhaben:</i> <i>Wir gestalten ein für alle Beteiligten interessantes und gelungenes Handballspiel</i></p> <p>Kleine Spiele mit dem Handball, z. B. Nummernpassen, Parteiball, Wandball, Aufsetzerball, Stangentorball</p> <p>Techniken: Passen, Dribbeln, Schlagwurf, Fintieren, Sprungwurf</p> <p>Taktik: 6:0, vom 6:0 zum 6:6, Stoßen auf Lücke</p> <p>Spiel 6:6</p> <p><i>Unterrichtsvorhaben:</i> <i>Wir gestalten ein für alle Beteiligten interessantes und gelungenes Fußballspiel</i></p> <p>Kleine Spiele mit dem Fußball, z. B. Tigerball, Stangentorball</p> <p>Technik: Passen, Stoppen, Dribbeln, Torschuss, hohe Bälle annehmen und mitnehmen, Torschüsse aus verschiedenen Positionen</p> <p>Taktik: Spielen in Grundsituationen, Überzahlspiele, Gleichzahlspiele mit und ohne Tor</p>	<p>Integrierte Fitness: angepasste konditionelle und koordinative Leistungen erbringen</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>

Theorie-Praxis-Verknüpfung:
(in einer der beiden Ballspielsportarten)

Spielsituationen auf Darstellungen erkennen,
beschreiben und erklären

Schüler erstellen eine Dokumentation über Regeln,
Fachbegriffe und Taktiken

z.B. 3er-Kontakt, Handballkreis, Doppeldribbling, Aus,
Einwurf, Stoßen, Abseits, Strafraum, ...

Pflichtbereich 2: Laufen, Springen, Werfen			
Generelle Vorbemerkungen:			
Der Schwerpunkt im Unterricht liegt auf der <i>Erweiterung des Bewegungsrepertoires, der Bewegungssensibilität und einer zunehmend besseren Bewegungsqualität.</i>			
Sportpädagogische Perspektiven z. B. „Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern“ bzw. „Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen“ bzw. „Das Leisten erfahren und reflektieren“			
Leitperspektiven:			
<ul style="list-style-type: none"> PG: Wahrnehmung und Empfindung 			
Prozess-bezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Bewegungs-kompetenz 1,2,4 Urteils- und Reflexions-kompetenz 1,2 Personal-kompetenz 1,2,3,4,6	(1) unter Berücksichtigung grundlegender Technikmerkmale - über Hindernisse laufen	<i>Unterrichtsvorhaben: Wir laufen über Hindernisse</i> Lauf-ABC, Rhythmusschulung zum 3er-Rhythmus	z.B. durch Reifen, Koordinationsleiter, über Brixx, verschiedene/gleiche Abstände, unterschiedliches Tempo, ...
	(2) unter Berücksichtigung grundlegender Technikmerkmale - hoch springen	<i>Unterrichtsvorhaben: Wir springen hoch</i> Anlaufschulung, Schersprung, Flop	
Sozialkompetenz 2,4,6 Ausführliche Beschreibungen s. Anhang	(3) unter Berücksichtigung grundlegender Technikmerkmale stoßen	<i>Unterrichtsvorhaben: Wir stoßen</i> Stoßtechnik: Angehen, Hüftvordrehung und Blockieren der Hüfte, hoher Ellenbogen, Abstoßwinkel	Schwerpunkt zuerst auf die Hüfte legen (aus dem Stand), Angehen später Unterschied Wurf/Stoß verdeutlichen Unterschiedliche Kugeln verwenden
	(9) leistungsbestimmende Merkmale und Fehler bei sich und anderen mit Hilfsmitteln erkennen, benennen und korrigieren	<i>Unterrichtsvorhaben: Wir laufen ausdauernd</i> Coopertest Partnerkorrekturen	Integrierte Fitness, zusätzlich kann der Shuttlerun durchgeführt werden (die bessere Note zählt) Evtl. mit Technikkarten, Video

Pflichtbereich 3: Bewegen an Geräten			
Generelle Vorbemerkungen:			
<p>Ziel des Unterrichts ist eine breitere Bewegungsvielfalt im Bereich der turnerischen Grundtätigkeiten und Fertigkeiten, des freien Turnens und der Bewegungskünste sowie eine verbesserte Körperwahrnehmung und Koordination.</p> <p><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“</p> <p><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 			
Prozess-bezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
<p>Bewegungs-kompetenz 1,2,3,4</p> <p>Urteils- und Reflexions-kompetenz 1,2</p> <p>Personal-kompetenz 1,2,3,4,5,6</p> <p>Sozialkompetenz 1,2,3,4,6,7</p> <p>Ausführliche Beschreibungen s. Anhang</p>	<p>(2) weitere normgebundene Turnfertigkeiten an 2 Turngeräten und aus verschiedenen Strukturgruppen ausführen</p> <p>(3) Helfergriffe sachgerecht anwenden</p> <p>(4) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln</p> <p>(5) Leistungsbestimmende Merkmale turnerischer Fertigkeiten nennen und erklären</p> <p>(6) leistungsbestimmende Merkmale und Fehler bei sich und anderen mit Hilfsmitteln erkennen, benennen und korrigieren</p> <p>(7) Techniken des Helfens und Sicherns beschreiben</p> <p>(8) erlernte normgebundene turnerische Fertigkeiten in Bewegungsverbindungen präsentieren</p>	<p><i>Unterrichtsvorhaben: Wir turnen am Boden</i></p> <p>Geräte auf- und abbauen</p> <p>Helfen und sichern</p> <p>Rolle vw, Rolle rw, Rad, Handstand (mit und ohne abrollen), Hinführung Radwende, Hinführung zum Handstützüberschlag, Strecksprung mit ganzer Drehung, Standwaage</p> <p>Präsentation einer normgebundenen Turn-Kür</p> <p><i>Unterrichtsvorhaben: Wir turnen am Barren</i></p> <p>Geräte auf- und abbauen</p> <p>Helfen und sichern</p> <p>Vorwärtsrolle, Oberarmstand, Abrollen in den Grätschsitz</p> <p>Präsentation einer normgebundenen Turn-Kür</p>	<p>Integrierte Fitness: Stütz- und Haltekraftübungen</p> <p>Mobilisations- und Dehnübungen</p> <p>Arbeit evtl. mit Technikkarten, Video, Partnerkorrekturen</p> <p>von Schülern erstellt oder von Lehrer vorgegeben</p> <p>Arbeit evtl. mit Technikkarten, Video, Partnerkorrekturen</p> <p>Integrierte Fitness: Stütz- und Haltekraftübungen</p> <p>von Schülern erstellt oder von Lehrer vorgegeben</p>

Pflichtbereich 4: Bewegen im Wasser			
Generelle Vorbemerkungen:			
Ziel des Unterrichts ist die Verbesserung der Schwimmfähigkeit für die sportliche und gesundheitspräventive Betätigung im Alltag und das Erlangen von Sicherheit, auch unter dem Aspekt der Rettungsfähigkeit.			
Sportpädagogische Perspektiven: „Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern“			
Leitperspektiven:			
<ul style="list-style-type: none"> PG: Sicherheit und Unfallschutz; Bewegung und Entspannung; Körper und Hygiene 			
Prozess-bezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
Bewegungs-kompetenz 1,2,4 Urteils- und Reflexions-kompetenz 1,2,3 Personal-kompetenz 1,2,3,4,6 Sozial-kompetenz 4 Ausführliche Beschreibungen s. Anhang	(1) 2 Schwimmtechniken mit Start und Wende unter Berücksichtigung wichtiger Technikmerkmale über eine Strecke von 25m demonstrieren (2) eine weitere Schwimmtechnik in der Grobform ausführen (3) 400m in höchstens 25Min schwimmen, davon 300m in Bauch- und 100m in Rückenlage (4) sich beim Tauchen orientieren (5) einen Transportgriff anwenden (6) bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln (7) wichtige Merkmale von 2 Schwimmtechniken nennen und erklären (8) Bade- und Sicherheitsregeln benennen und einhalten (9) die eigene Leistungsfähigkeit beim Bewegen im Wasser einschätzen (10) Wassersprünge variieren	<i>Unterrichtsvorhaben: Wir verbessern verschiedene Schwimmtechniken</i> Startsprung Tauchzug Wende in zwei Schwimmtechniken Brustschwimmen Kraulschwimmen Rückenschwimmen in Grobform Einführung ins Delfinschwimmen <i>Unterrichtsvorhaben: Wir schwimmen ausdauernd</i> 400m in höchstens 25Min schwimmen, davon 300m in Bauch- und 100m in Rückenlage, Coopertest <i>Unterrichtsvorhaben: Wir tauchen, springen, retten</i> Bade- und Sicherheitsregeln Rollen im Wasser, Transportgriffe, verschiedene Wassersprünge	Technikmerkmale: Atmung, Zug- und Druckphase integrierte Fitness

Wahlpflichtbereich: Spielen

Der Wahlpflichtbereich Spielen wurde bereits im Pflichtbereich Spielen aufgeführt