

## Organisation und inhaltliche Konkretisierung des Sportunterrichtes in der Sekundarstufe I

Im schulinternen Lehrplan Sport des Lessing-Gymnasiums werden die Kompetenzbereiche einzelnen Inhaltsfeldern zugeordnet und hierauf bezogen konkretisiert. Es erfolgt weiterhin eine Zuordnung der Kompetenzbereiche und der Inhaltsfelder zu den einzelnen Jahrgangsstufen. Schließlich werden Aspekte der Leistungsbewertung genannt, die das schulinterne Leistungskonzept für das Fach Sport ergänzen.

Der Sportbereich 1) „Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“, gemeint sind inhaltliche Kerne wie Auf- und Abwärmen, Konditionstraining, funktionelle Gymnastik, ist in die einzelnen Sportbereiche (z.B. Leichtathletik, Turnen) integriert und wird hier, nicht separat ausgewiesen.

Die folgende Tabelle gibt eine Übersicht über die Zuordnung der Inhalte zu den einzelnen Jahrgangsstufen. Dabei wurde berücksichtigt, dass gemäß § 29 (3) SchulG den Lehrerinnen und Lehrern ein pädagogischer Gestaltungsspielraum gewährt werden muss. Das heißt, dass die Inhalte der Tabelle nicht unbedingt alle Inhalte des Schulsports der jeweiligen Klassenstufe umfassen.

<b>Jahrgang 5</b>	<b>Jahrgang 6</b>	<b>Jahrgang 7</b>	<b>Jahrgang 8</b>	<b>Jahrgang 9</b>
Schwimmen	-	Schwimmen	-	-
Turnen	Turnen	Turnen, Schwerpunkt Akrobatik	Turnen	Turnen, Schwerpunkt Parcours
Leichtathletik Schwerpunkt spielerische Hinführung zum Dreikampf	Leichtathletik, Schwerpunkte Dreikampf und Ausdauer	Leichtathletik, Schwerpunkt Ausdauer, Hochsprung, Dreikampf	Leichtathletik, Schwerpunkt Dreikampf, (optional Sportabzeichen)	Leichtathletik, Schwerpunkt Biathlon
Passen, Fangen, Werfen und Dribbeln	Mini-Basketball	Basketball	Basketball	Basketball
-	-	-	Spielen (Volleyball)	Spielen (Volleyball)
Tennis (Koop. TC Blau-Weiß Zündorf)	-Badminton	Badminton	Badminton	Badminton
Spiele entdecken	Kämpfen	-	-	-
-	Hip Hop	-	Tänzerisches Gestalten, z.B. Balkorobics	StepAerobic

## Konkretisierung der Inhalte geordnet nach Bewegungsfeldern

### 1) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“

### 2) Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

5

Unterrichtsvorhaben	<b>Kleine Spiele/Pausenspiele: Abenteuer- und Kooperationsspiele</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schulung grundlegender spielübergreifender technisch-konditionaler Fertigkeiten mit und ohne Ball sowie weiterer Materialien (Matten, Kästen): Werfen, Fangen, Laufen, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination</li> <li>• Schulung grundlegender spielübergreifender taktisch-kognitiver Fertigkeiten: Kooperation, Fairness, Teamorientierung, Sicherheitsbewusstsein, Kreativität, Schulung von Sehen, Hören und Fühlen</li> <li>• Die SuS können -auch eigenverantwortlich- miteinander spielen sowie entsprechende Kriterien zu technischen und taktischen Fertigkeiten benennen und erläutern. Sie können kleine Spiele gemäß vorgegebener Regeln und Spielideen selbstständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen.</li> </ul> <p>Beispiele: Völkerball und seine Varianten (Mattenvölkerball, Schutzengelvölkerball, Völkerball verkehrt, Pantherball); Alaska-Baseball, Gordischer Knoten, Amöbenrennen, Katz und Maus</p>
Methodenkompetenz	Die SuS können die vorgegebenen Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z.B. in Bezug auf Spielidee, Regeln, Personenzahl, Material, Raum) initiieren, eigenverantwortlich durchführen und variieren.
Urteilskompetenz	Die SuS können die Rahmenbedingungen bezüglich der Personenzahl, der Regeln, der Spielidee, des Materials und des Raums hinsichtlich der Organisation und Durchführung kleiner Spiele bewerten. Die SuS können den Umgang mit Kooperation, Fairness und Teamorientierung benennen und erläutern.

### Jahgangsspezifische, meist punktuell beobachtete Leistungsaspekte im technischen, im konditionellen, im taktischen oder im gestalterischem Bereich

Klasse 5	<p>Taktisch-kognitiver Bereich:</p> <p>gut: Schüler kann in der Gruppe eigenverantwortlich und teamorientiert agieren, verhält sich dabei fair und kooperativ, findet Lösungen für die Gruppe.</p> <p>ausreichend: Schüler kann eingeschränkt eigenverantwortlich agieren, verhält sich nicht immer teamorientiert und kooperativ, bringt sich selten durch eigene Ideen in die Lösungsfindung ein.</p>
----------	---

### 3) Laufen, Springen, Werfen- Leichtathletik

5- 6

Unterrichtsvorhaben	<b>Laufen-Springen-Werfen: Eine Hinführung zum Leichtathletischen Dreikampf</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Variantenreich innerhalb kleiner Staffel- und Fangspiele aus verschiedenen Positionen reagieren/starten/Beschleunigen können</li> <li>- Möglichst schnell über und um Hindernisse (Matten,Bananenkartons, Reifen etc.) laufen können</li> <li>- Weitenorientierte Sprünge in unterschiedlichen Sprungsituationen (z.B. Zielsprünge in Reifen, Sprünge über Kartons, Hoch-Weitsprünge über gespannte Flatterbänder, Sprünge aus markierten Absprungzonen heraus) realisieren können.</li> <li>- Mit dem Schlagball, Flatterball, Wurfstab den Schlagwurf aus drei Anlauf –Schritten ausführen können</li> <li>- einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfvhaltens durchführen.</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundlegende Sicherheitsaufstellungen und Absprachen beim Wurf einhalten können</li> <li>- Die Weitsprunganlage für einen Sprung vorbereiten und die Harke sicherheitsgerecht nutzen können</li> <li>- Die Startkommandos kennen und Kurzstanzläufe mit der Stoppuhr in Partnerarbeit messen können</li> <li>- Sprünge in der Sprunggrube messen können</li> <li>- Würfe den Weitenmarkierungen zuordnen</li> </ul>
Urteilskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen können</li> </ul>

7

Unterrichtsvorhaben	<b>In die Höhe springen – vom Schersprung zum Flop</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aus dem Anlauf auf die Mattenanlage springen und ein-/beidbeinig landen</li> <li>- Mit Hilfe des Schersprunges über eine Zauberschnur springen</li> <li>- Die Technik des Flops in der Grobform über eine Zauberschnur anwenden können</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die Schüler können anhand von Abbildungen die Techniken mit Hilfe des Fachvokabulars beschreiben</li> <li>- die Schüler können selbstständig eine Hochsprunganlage aufbauen</li> <li>- die Schüler können in einer Großgruppe an zwei Sprunganlage gleichzeitig, selbstständig üben</li> </ul>
Urteilskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die Schüler können sicherheitsrelevante Aspekte während des Übens erkennen und geeignete Maßnahmen zur Unfallvermeidung anwenden</li> <li>- die Schüler können die technische Ausführung eines Schersprunges und eines Flops hinsichtlich der besprochenen Merkmale beurteilen</li> </ul>

7

Unterrichtsvorhaben	<b>Wie kann ich mich selbstständig und systematisch beim Laufen, Springen und Werfen verbessern</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-kognitiven Fertigkeitenniveau ausführen: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Sprint: Tiefstart (Startblockeinstellung, „Auf die Plätze“-Position, „Fertig“-Position, „Los“).</li> <li>○ Weitsprung: Anlauf, Absprung und Landung.</li> <li>○ Schlagballwurf: Anlauf, Wurfauslage, kinematische Kette.</li> </ul> </li> <li>• grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Sprint: Tiefstart (Startblockeinstellung, „Auf die Plätze“-Position, „Fertig“-Position, „Los“).</li> <li>○ Weitsprung: Anlauf, Absprung und Landung.</li> <li>○ Schlagballwurf: Anlauf, Wurfauslage, kinematische Kette.</li> </ul> </li> </ul>
Methodenkompetenz	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren.</li> <li>• den Leistungszuwachs (z. B. tabellarisch, grafisch) erfassen.</li> </ul>
Urteilskompetenz	<p>Die Schülerinnen und Schüler können die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit beurteilen.</p>

## 8

Unterrichtsvorhaben	<b>Selbstständige Planung, Durchführung und Auswertung eines leichtathletischen Dreikampfs</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> <li>einen leichtathletischen Mehrkampf unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfvhaltens durchführen.</li> <li>leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-kordinativen Fertigkeiteniveau ausführen: <ul style="list-style-type: none"> <li>Sprint: Tiefstart (Startblockeinstellung, „Auf die Plätze“-Position, „Fertig“-Position, „Los“).</li> <li>Weitsprung: Anlauf, Absprung und Landung.</li> <li>Schlagballwurf: Anlauf, Wurfauslage, kinematische Kette.</li> </ul> </li> </ul>
Methodenkompetenz	Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> <li>leichtathletische Wettkampfgeln erläutern (Fehlstart, Übertreten, Messen).</li> <li>gemeinsam einen leichtathletischen Dreikampf organisieren und auswerten.</li> </ul>
Urteilskompetenz	Die Schülerinnen und Schüler können die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen.

## 9

Unterrichtsvorhaben	<b>Ausdauertraining – Biathlon (Speerwurf)</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Die Schüler und Schülerinnen können <ul style="list-style-type: none"> <li>30 Minuten durchlaufen</li> <li>Sich dabei das Tempo einteilen</li> <li>Ihre Laufzeit verbessern</li> <li>Die Grundtechnik beim Werfen des Speeres ausführen</li> <li>Die Sicherheit der Mitschüler beim Wurftaining beachten</li> </ul>
Methodenkompetenz	Die Schüler und Schülerinnen können <ul style="list-style-type: none"> <li>Selbstständig für die Verbesserung ihrer Leistung trainieren</li> <li>Den Leistungszuwachs in einer Tabelle festhalten</li> </ul>
Urteilskompetenz	Die Schülerinnen und Schüler können die eigene disziplinspezifischen Leistungsfähigkeiten für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen.

**Vereinbarungen zur Leistungsbewertung:****1. Jahrgangübergreifende und unterrichtsbegleitende Leistungsaspekte**

Demonstration von Bewegungshandeln	Siehe unter 2.
Anstrengungsbereitschaft	gut: Der Schüler strengt sich – auch bei ungeliebten Spiel- und Übungsformen – angemessen an und es wird deutlich, dass er seine Leistungen spürbar verbessern möchte. ausreichend: Der Schüler strengt sich in einigen Spiel- und Übungsformen an, kann allerdings leicht abgelenkt werden.
Mitgestaltung von Unterrichtssituationen	gut: Der Schüler gestaltet Unterrichtssituationen, z.B. ein Aufwärmen, zweckmäßig und für die Gruppe befriedigend mit. ausreichend: Der Schüler gestaltet keine Unterrichtssituation alleine mit, stört die Gestaltung anderer aber nicht.
Kooperation und Fairness	gut: Schüler hilft anderen meistens unaufgefordert und ermöglicht ein allgemein effektives Üben. ausreichend: Schüler hilft anderen nicht, weil der Willen oder die Fähigkeit fehlt.
Organisation: Auf- und Abbau, Schiedsrichtertätigkeiten	gut: Der Schüler baut meistens ohne Aufforderung auf- und ab, erkennt Mängel an Übungsanlagen (z.B. Matte verrutscht) und hilft diese zu beheben. Er beteiligt sich freiwillig an Messungen. ausreichend: Der Schüler baut fast nie unaufgefordert auf oder ab, hilft aber nach Aufforderung.
Verständnis und mündliche Beiträge	gut: Der Schüler passt so gut auf, dass er Spiel- oder Übungsformen sofort umsetzen kann. Seine mündlichen Beiträge zeichnen sich durch Kontinuität und oftmals durch Qualität aus. ausreichend: Der Schüler versteht Spiel- und Übungsformen häufig nicht, so dass es aus diesem Grund zu Verzögerungen kommt. Der Schüler erbringt nur sehr selten richtige mündliche Beiträge.

**2. Jahrgangsspezifische, meist punktuell beobachtete Leistungsaspekte im technischen, im konditionellen, im taktischen oder im gestalterischem Bereich**

Klasse 5-6	<p>Lauf: Gut: der Schüler reagiert altersgemäß schnell auf unterschiedliche Startsignale und beschleunigt erkennbar und dynamisch Ausreichend: der Schüler reagiert deutlich verzögert auf Startsignale. Der Lauf zeigt nur eine unwesentliche Beschleunigung</p> <p>Wurf: Gut: Der Schüler zeigt einen deutlich rhythmisierten 3 Schritt-Anlauf. Der Schlagwurf zeichnet sich durch ein deutliches Zurückführen des Wurfgerätes, die Einnahme einer Bogenspannung und einem dynamischen Wurf mit Gewichtsverlagerung aus. Ausreichend: Der Wurf wird aus dem Stand unter Einnahme einer Wurfauslage ausgeführt.</p> <p>Sprung: Gut der Schüler springt variantenreich aus einem rhythmischen, beschleunigten Abaluf ab. Er ist in der Lage einen Zonenbereich als</p>
------------	--

	Absprungzone zu treffen.
Klasse 6	<p>Technik Hochsprung:  Gut: der Schüler vollzieht Scher- und Flopsprünge in der Grobform über eine Zauberschnur, regelkonform mit einbeinigem Absprung. Hierbei zeigt sich jeweils die techniklebante Anwendung der Elemente Anlauf-Absprung-Steigen-Landung.  Ausreichend: Der Schüler zeigt einbeinige Sprungversuche auf die Sprunganlage ohne Zauberschnur.</p>
Klasse 7	<p>Technik Dreikampf:  Gut: Die meisten Kriterien werden erfüllt  Ausreichend: Nur wenige Kriterien werden erfüllt  Tiefstart:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Auf die Plätze“-Position: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Sprunkräftigeres Bein vorne</li> <li>○ Knie des hinteren Beins auf dem Boden</li> <li>○ Hände stützen vor der Startlinie (etwa schulterbreit)</li> </ul> </li> <li>• „Fertig“-Position: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Körpergewicht gleichmäßig auf Arme und Beine verteilt</li> <li>○ Beckenachse höher als Schulterachse</li> <li>○ Schulter vor den Händen</li> <li>○ Vorderes Bein ca. 90°</li> </ul> </li> <li>• „Los“: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Startbein und Oberkörper bilden „Strecklinie“</li> <li>○ Langsames Aufrichten des Oberkörpers während der ersten Schritte</li> <li>○ Steigernde Schrittlänge und –frequenz</li> </ul> </li> </ul> <p>Weitsprung:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Steigerungslauf (Ballendrucklauf)</li> <li>• Hohe Knieführung</li> <li>• Aktives greifendes Aufsetzen des Sprungbeins</li> <li>• Kurze Bodenkontaktzeit</li> <li>• Absprungstreckung (Fuß-, Knie-, Hüftgelenk)</li> <li>• Aktiver Schwungbeineinsatz (Oberschenkel bis zur Waagerechten)</li> <li>• „Einfrieren der Abflughaltung“</li> <li>• Aktives Vorbringen der Hüfte</li> <li>• Vermeiden des Zurückfallens</li> </ul> <p>Schlagballwurf</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beschleunigender, rhythmischer Steigerungslauf</li> <li>• Drittlezter Schritt: Wurfarmrückführung</li> <li>• Vorlezter Schritt: Impulsschritt (flach)</li> <li>• Drittlezter Schritt: Stemmschritt</li> <li>• Wurfauslage: kinematische Kette (Hüfte vor, Oberarmschleuder, Unterarmschleuder)</li> </ul>
Klasse 8	<p>Technik:  Gut: Die meisten Kriterien werden erfüllt  Ausreichend: Nur wenige Kriterien werden erfüllt  Tiefstart:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Auf die Plätze“-Position: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Sprunkräftigeres Bein vorne</li> <li>○ Knie des hinteren Beins auf dem Boden</li> <li>○ Hände stützen vor der Startlinie (etwa schulterbreit)</li> </ul> </li> <li>• „Fertig“-Position: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Körpergewicht gleichmäßig auf Arme und Beine verteilt</li> <li>○ Beckenachse höher als Schulterachse</li> <li>○ Schulter vor den Händen</li> <li>○ Vorderes Bein ca. 90°</li> </ul> </li> <li>• „Los“: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Startbein und Oberkörper bilden „Strecklinie“</li> <li>○ Langsames Aufrichten des Oberkörpers während der ersten Schritte</li> <li>○ Steigernde Schrittlänge und –frequenz</li> </ul> </li> </ul> <p>Weitsprung:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Steigerungslauf (Ballendrucklauf)</li> <li>• Hohe Knieführung</li> <li>• Aktives greifendes Aufsetzen des Sprungbeins</li> <li>• Kurze Bodenkontaktzeit</li> <li>• Absprungstreckung (Fuß-, Knie-, Hüftgelenk)</li> <li>• Aktiver Schwungbeineinsatz (Oberschenkel bis zur Waagerechten)</li> <li>• „Einfrieren der Abflughaltung“</li> <li>• Aktives Vorbringen der Hüfte</li> <li>• Vermeiden des Zurückfallens</li> </ul> <p>Schlagballwurf</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beschleunigender, rhythmischer Steigerungslauf</li> <li>• Drittlezter Schritt: Wurfarmrückführung</li> <li>• Vorlezter Schritt: Impulsschritt (flach)</li> <li>• Drittlezter Schritt: Stemmschritt</li> <li>• Wurfauslage: kinematische Kette (Hüfte vor, Oberarmschleuder, Unterarmschleuder)</li> </ul>

#### 4) Bewegen im Wasser - Schwimmen

5

Unterrichtsvorhaben	<b>Atmen und Untertauchen – sicherer Aufenthalt unter Wasser</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- unter Wasser durch Mund und Nase ausatmen können</li> <li>- unter Wasser die Augen öffnen und sich orientieren können</li> <li>- längere Zeit unter Wasser tauchen</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die Schüler können die Grundsätze des sicheren Aufenthaltes im Hallenbad benennen</li> <li>- die Schüler können sich unter Wasser selbstständig beruhigen und konzentrieren</li> <li>- die Schüler reagieren zuverlässig auf vereinbarte Zeichen der Lehrkraft zum üben und zusammenkommen.</li> <li>- die Schüler können die Grundsätze für sicheres Tauchen benennen</li> <li>- die Schüler können sich in Partnerarbeit hinsichtlich der Bewegungsaufgaben selbstständig kontrollieren</li> </ul>
Urteilskompetenz	- die Schüler können ihr Verhalten am und im Wasser unter sicherheitsrelevanten Aspekten beurteilen.

5

Unterrichtsvorhaben	<b>Schweben und Absinken – Die Atmung als Technik der Auftriebsregulierung einsetzen können</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- unterschiedliche Schwebepositionen im Wasser einnehmen können (toter Mann, Qualle, Seestern ...)</li> <li>- durch Ausatmen ein Absinken auf den Beckenboden erreichen</li> <li>- durch Ausatmen unter und an der Wasseroberfläche schweben</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die Schüler können sich selbst beruhigen und konzentrieren und so mit angehaltenem Atme unter Wasser bleiben</li> <li>- die Schüler können sich in Partnerarbeit hinsichtlich der Bewegungsaufgaben selbstständig kontrollieren</li> <li>- den Zusammenhang zwischen Lungenfüllung und Auftrieb erklären können</li> </ul>
Urteilskompetenz	- Die Schüler können ihre Fähigkeiten hinsichtlich der Auftriebsregulierung beurteilen

5

Unterrichtsvorhaben	<b>Gleiten – Den Wasserwiderstand erfahren</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sich unter Wasser und an der Wasseroberfläche vom Beckenrand abstoßen können und unterschiedliche Gleitpositionen einnehmen können</li> <li>- im Gleiten die Körperposition verändern können und sich unter Wasser orientieren können</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Schüler können die Kriterien für eine gute Wasserlage benennen.</li> <li>- Die Schüler können sich in Kleingruppen gegenseitig hinsichtlich der gestellten Bewegungsaufgaben kontrollieren</li> </ul>
Urteilskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Schüler können die Auswirkungen unterschiedlicher Körperhaltung auf den Wasserwiderstand beurteilen</li> <li>- Die Schüler können die Wasserlage ihrer Mitschüler kriteriengeleitet beurteilen</li> </ul>

5

Unterrichtsvorhaben	<b>Den Wasserwiderstand nutzen – Antrieb mit Armen, Beinen und dem ganzen Körper</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- den Widerstand des Wassers bei unterschiedlichen Vortriebstechniken erspüren und nutzen können</li> <li>- Gleich- und Wechselzugtechniken der Arme in der Grobform anwenden können</li> <li>- Die Körperwelle in der Grobform als Ganzkörperantriebstechnik anwenden können</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Schüler können sich in Kleingruppen gegenseitig hinsichtlich der gestellten Bewegungsaufgaben kontrollieren</li> <li>- Die Schüler können den Unterschied zwischen eine Zug- und Druckphase beim Armzug benennen.</li> </ul>
Urteilskompetenz	- die Schüler können die Auswirkungen der Körperhaltung und Körperspannung auf die Antriebseffektivität im Wasser beurteilen.

5

Unterrichtsvorhaben	<b>Eine Schwimmtechnik lernen - Die Kraultechnik in ihrer Grobform anwenden können</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vom Gleiten mit Beintrieb zum Gleiten mit Armwechsellzug</li> <li>- Heranführung an die Kraulatemtechnik bei Beibehaltung der Gleitlage</li> <li>- Die Kraultechnik in Variationsübungen anwenden</li> <li>- Starten und wenden auf grundlegendem Niveau</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die Merkmale des Kraulschwimmens in Bezug auf , Wasserlage , Armzug, Beinschlag und Rotationsbewegung erklären können</li> <li>- Die Voraussetzungen für ein Gelingen der Atmung benennen können</li> </ul>
Urteilskompetenz	- die Schüler können die Technikausführung kriteriengeleitet bewerten

5

Unterrichtsvorhaben	<b>Wasserspringen- Sprünge aus dem Stand und aus der Bewegung sicher bewältigen können</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die korrekte Ausgangsposition zur Vorbereitung eines Sprunges anwenden können (Fuß-)Sprünge aus dem Stand kontrolliert ausführen können.</li> <li>- Das Prinzip der Rotationsauslösung für Sprünge mit Vorwärtsrotationen (Kopfpünge) erfahren</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Grundregeln für einen sicheren Sprungbetrieb benennen können</li> <li>- Die Merkmale für die korrekte Ausgangsposition zum Wasserspringen benennen können.</li> </ul>
Urteilskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Situation an der Sprunganlage in Bezug auf ein sicheres Springen hin beurteilen können</li> <li>- die gesundheitliche Bedeutung der Haltung beim Wasserspringen beurteilen können</li> <li>- das eigene Anspruchsniveau unter sicherheitsrelevanten Aspekten einschätzen können</li> </ul>

5

Unterrichtsvorhaben	<b>Sicherheit beim Schwimmen – Grundlagen der Unfallvermeidung und Selbstrettung</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- mit Kleidung schwimmen können</li> <li>- eine Mittelzeitausdauerleistung in einem selbst gewählten Schwimmstil erbringen können (10 min. ohne Pause)</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die Baderegeln benennen können</li> <li>- die Auswirkung von Kleidung auf die Schwimmleistung benennen können</li> <li>- Verhaltensregeln bei Beobachtung eines Schwimmunfalls benennen können</li> </ul>
Urteilskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die Schüler können ihr Verhalten am und im Wasser unter sicherheitsrelevanten Aspekten beurteilen</li> <li>- die Schüler können die Einschränkungen der Bewegungsfähigkeit im Wasser durch Kleidung einschätzen.</li> </ul>

7

Unterrichtsvorhaben	<b>Eine Langzeitausdauerbelastung von 20-30 Minuten vorbereiten und absolvieren</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Übungen zum Gleiten</li> <li>- Kraul- und Brustschwimmen unter Berücksichtigung der Atemtechnik immer ökonomischer ausführen</li> <li>- Den Startsprung, den Tauchzug beim Brustschwimmen und die Kippwende sicher ausführen</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die drei Teilbewegungen im Schwimmen (Armbeugung, Beinbeugung und Atmung) sowie die vier Phasen für den Armzug (Wasserfassen, Zugphase, Druckphase, Überwasserphase) nennen</li> <li>- Zentrale Ausführungskriterien des Kraul – und Brustschwimmens erläutern, insbesondere die Merkmale Wasserlage, Fußstellung, hoher Ellenbogen, Atmung)</li> <li>- Die Intervallmethode erläutern</li> </ul>
Urteilskompetenz	Den Gesundheitsaspekt (Kräftigung der Arm-, Rumpf- und Beinmuskulatur; Training des Herz-Kreislaufsystems, Training des Immunsystems, geringe Verletzungsgefahr, gelenkschonender Sport) des Schwimmens beurteilen

Unterrichtsvorhaben	<b>Erlernen bzw. Festigen des Rückenschwimmens</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Das Gleiten in Rückenlage mit Ausatmung unter Wasser</li> <li>- Technisch-koordinative Elemente des Rückenschwimmens anwenden können</li> </ul>
Methodenkompetenz	Zentrale Ausführungskriterien des Rückenschwimmens erläutern (Wasserlage, Fußhaltung, Über- und Unterwasserphase, leichte Rollbewegung)
Urteilskompetenz	Beurteilen, welche Vorteile das Rückenschwimmen gegenüber dem Kraulschwimmen besitzt (unkomplizierte Atmung, Entlastung der Nacken- und Rückenmuskulatur, Entlastung der Bandscheiben)

7

Unterrichtsvorhaben	<b>Kleine Spiele und Wettkämpfe im Wasser</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Kennenlernen kleiner Spiele und Wettkämpfe im Wasser, z.B. Fangen, Parteball mit Ziel, Abwurfspiel, Tauchspiel, Staffeln
Methodenkompetenz	Einfache Bewegungsspiele (insbesondere im Nichtschwimmerbecken, bei Wettspielen auch im Schwimmerbecken) eigenverantwortlich durchführen und ggf. verändern
Urteilskompetenz	Spielregeln hinsichtlich ihrer Eignung bewerten

7

Unterrichtsvorhaben	<b>Das Schwimmbzeichen in Silber (Bronze) vorbereiten und erwerben</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Startsprung, 400 m in höchstens 25 Min. schwimmen, kann beim ersten Unterrichtsvorhaben geprüft werden. 300 m in Bauch- und 100 m in Rückenlage.</li> <li>- Maßnahmen der Selbstrettung (Verhalten bei Erschöpfung und bei Muskelkrämpfen) und einfache Formen der Fremdrettung (Transportschwimmen: Ziehen und Schieben; Bergen mit dem Achselgriff; an Land bringen) benennen, erläutern und anwenden.</li> <li>- Tief und weit tauchen können. Konkret: 10 m Streckentauchen und 2-mal 2 m tief tauchen von der Wasseroberfläche mit dem Heraufholen je eines Gegenstandes</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Obige Rettungsaspekte erläutern und zusätzlich Baderegeln kennen</li> <li>- Gefahren beim Tauchen erläutern, die durch Hyperventilation entstehen können.</li> </ul>
Urteilskompetenz	Die eigene Leistungsfähigkeit beim Tauchen und bei der Fremdrettung beurteilen

**Vereinbarungen zur Leistungsbewertung:**

**1. Jahrgangübergreifende und unterrichtsbegleitende Leistungsaspekte**

Demonstration von Bewegungshandeln	von	s. u. 2.
Anstrengungsbereitschaft		<p>gut: Der Schüler strengt sich – auch bei ungeliebten Spiel- und Übungsformen – angemessen an und es wird deutlich, dass er seine Leistungen spürbar verbessern möchte.</p> <p>ausreichend: Der Schüler strengt sich in einigen Spiel- und Übungsformen an, kann allerdings leicht abgelenkt werden.</p>
Mitgestaltung von Unterrichtssituationen	von	<p>gut: Der Schüler gestaltet Unterrichtssituationen, z.B. einen Übungsbetrieb oder ein kleines Spiel, zweckmäßig und für die Gruppe befriedigend mit. Er hilft der Gruppe mehrmals, die besonderen Herausforderungen der Unterrichtssituation „Schwimmbad“ zu bewältigen.</p> <p>ausreichend: Der Schüler gestaltet keine Unterrichtssituation alleine mit, stört andere ab und zu.</p>
Kooperation und Fairness		<p>gut: Der Schüler hilft anderen meistens unaufgefordert und zweckmäßig und verhält sich in Spielen regelbewusst.</p> <p>ausreichend: Der Schüler hilft anderen nie, weil der Willen oder die Fähigkeit fehlt und stört ab und zu den Ablauf des Unterrichts.</p>
Organisation: Auf- und Abbau, Schiedsrichtertätigkeiten		<p>gut: Der Schüler richtet seine Aufmerksamkeit schnell und uneingeschränkt auf Zeichen der Lehrkraft und bemüht sich sichtlich den sicherheitsrelevanten Organisationsrahmen einzuhalten.</p> <p>ausreichend: Der Schüler ist oft abgelenkt und richtet seine Aufmerksamkeit erst mit Verzögerung auf Zeichen der Lehrkraft. Er bemüht sich nach Aufforderung den Organisationsrahmen einzuhalten.</p> <p>Da im Schwimmen sehr wenig auf- und abgebaut wird (das Transportieren von Schwimmbrettern und Flossen möchten wir nicht als notenrelevant ansehen), entfällt dieser Punkt.</p>
Verständnis und mündliche Beiträge		<p>gut: Der Schüler passt so gut auf, dass er Spiel- oder Übungsformen sofort umsetzen kann. Seine mündlichen Beiträge zeichnen sich durch Kontinuität und oftmals durch Qualität aus.</p> <p>ausreichend: Der Schüler versteht Spiel- und Übungsformen häufig nicht, so dass es aus diesem Grund zu Verzögerungen kommt. Der Schüler erbringt nur sehr selten richtige mündliche Beiträge.</p>



## 2. Jahrgangsspezifische, meist punktuell beobachtete Leistungsaspekte im technischen, im konditionellen, im taktischen oder im gestalterischem Bereich

Klasse 5	<p>Orientierung unter Wasser Gut: der Schüler kann mit einem Partner im schulertiefen Wasser gemeinsam abtauchen, deutlich ausatmen und nach einem vereinbarten Signal zwei Gegenstände austauschen. Ausreichend: der Schüler kann unter Wasser seine Augen öffnen und einen Gegenstand aus dem brusttiefen Wasser nach oben befördern.</p> <p>Untertauchen, schweben und absinken Gut: der Schüler kann in der Position „Qualle“ im Brusttiefen Wasser durch kräftiges Ausatmen absinken und sich kurz auf den Boden legen. Ausreichend: der Schüler kann in der Position „Qualle“ ausatmen und ansatzweise das Absinken durch Ausatmen einleiten.</p> <p>Gleiten Gut: der Schüler kann nach dem Abstoßen sowohl unter, als auch über Wasser die Distanz zwischen Beckenrand und Sprungbeckenbereich im Nichtschwimmer in guter Wasserlage gleitend zurücklegen. Ausreichend: der Schüler stößt sich vom Beckenrand ab und nimmt kurz die Gleithaltung ein</p> <p>Antrieb Gut: der Schüler zeigt bei guter Wasserhaltung einen effektiven Kraulbeinschlag, sowie den Ansatz einer Körperwelle beim Ganzkörperantrieb Ausreichend: der Schüler zeigt im Ansatz den Kraulbeinschlag bei guter Wasserhaltung über kurze Distanz.</p> <p>Kraultechnik Gut: der Schüler zeigt ohne Atmung in guter Wasserhaltung mehrere Armzüge in Wechselzugtechnik bei gleichzeitiger Koordination des Beinschlages. Die Körperrotation ist deutlich erkennbar. Ausreichend: der Schüler zeigt den Wechselzug im Ansatz.</p> <p>Sprung: Gut: der Schüler zeigt sicher und wiederholt einen technisch kontrollierten Fußsprung vom 1m Brett unter Berücksichtigung von erlernten Merkmalen. Ausgangsposition, Absprungverhalten und Eintauchen. Ausreichend: der Schüler springt unter der Berücksichtigung von Sicherheitsaspekten ins Wasser.</p> <p>Sicherheit im Schwimmen: Gut: der Schüler bewältigt eine Strecke von 50m in Kleidung in einer selbst gewählten Technik. Er ist in der Lage eine Ausdauerleistung von 10 min. in einer selbstgewählten Technik ohne Pausen zu leisten. Ausreichend: der Schüler bewältigt eine Ausdauerleistung von 10 min Schwimmen mit mehrmaligem Pausieren am Beckenrand.</p>
Klasse 7	<p>gut: Der Schüler erreicht das Schwimmbzeichen in Silber und schwimmt 20 Minuten am Stück in beliebigen Techniken bzw. beliebiger Technik. Er zeigt auf der 25m-Bahn ein flüssiges und sicheres Kraul – und Brustschwimmen mit ökonomischer Atmung.</p> <p>ausreichend: Der Schüler erreicht das Schwimmbzeichen in Bronze und schwimmt ohne Pause im Kreisbetrieb drei Bahnen in der Rückenlage.</p>

## 5) Bewegen an Geräten – Turnen

5

Unterrichtsvorhaben	<b>Von turnerischen Grundanforderungen zu Bewegungsfertigkeiten an Geräten</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Die SuS können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- Körperspannung aufbauen und halten („Brettposition“, Schubkarre, Pendel)</li> <li>- einen Geräteparcours bewältigen, indem sie z.B. am Reck oder Barren einen Aufschwung turnen, am Tau schwingen, am Boden eine Rolle vw turnen und über eine umgedrehte Bank balancieren</li> <li>- in Wagnissituationen (Schwingen am Tau, Kopfüber-Situationen beim Aufschwung) sicherheitsbewusst handeln (Umgang mit Geräten, Hilfeleistung bei Partnern)</li> </ul>
Methodenkompetenz	Die SuS können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turngeräte sicher auf- und abbauen</li> <li>- grundlegende Hilfestellung selbstständig geben</li> </ul>
Urteilskompetenz	Die SuS können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- die Ausführungsqualität der Bewegungen mit Hilfe von Beobachtungsbögen einschätzen und bewerten</li> </ul>

6

Unterrichtsvorhaben	<b>Entwicklung einer synchronen Turnkür am Boden in Partnerarbeit</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Die SuS können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- unterschiedliche Elemente des Bodenturnens (Rolle vw und rw, Handstand, Sprünge sowie gymnastische Elemente) in einer Kür verbinden</li> <li>- ihre eigene Bewegungsverbindung flüssig und synchron präsentieren</li> </ul>
Methodenkompetenz	Die SuS können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- ihren Übungsprozess kooperativ gestalten und sich gegenseitig unterstützen sowie Hilfestellung geben</li> <li>- Abbildungen als Informationsquelle nutzen, um Bewegungsabläufe zu analysieren und durchzuführen</li> <li>- sich in ihrem Arbeitsprozess auf fachsprachlich grundlegendem Niveau verständigen</li> </ul>
Urteilskompetenz	Die SuS können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- ihre turnerischen Präsentationen einschätzen und kriteriengeleitet bewerten</li> </ul>

7

Unterrichtsvorhaben	<b>Akrobatik – von Grundlagen zur fertigen Präsentation in Gruppen</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Die SuS können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundelemente des Pyramidenbaus (Bankstellung, Stuhlbalance, Flieger, Helfergriffe und dynamische Elemente) sachgerecht und sicher ausführen</li> <li>- eine akrobatische Gruppengestaltung teamorientiert und unter Berücksichtigung von Gestaltungskriterien (technische Ausführung, Hilfeleistung, Ausdruck, Kreativität, Bewegungsverbindungen, sicherer Auf- und Abbau) entwickeln, einüben und präsentieren</li> <li>- grundlegende Hilfestellungen bei Auf- und Abbau der Pyramiden situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen</li> </ul>
Methodenkompetenz	Die SuS können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- ihren Übungs- und Lernprozess eigenverantwortlich und sozial verträglich gestalten</li> <li>- akrobatische Bewegungsgestaltungen auf Grundlage bekannter Elemente (s.o.) zusammenstellen, erweitern und präsentieren</li> <li>- sich im Lernprozess fachsprachlich angemessen verständigen</li> </ul>
Urteilskompetenz	Die SuS können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- ihre Bewegungsgestaltung und die anderer Gruppen kriterienorientiert beurteilen</li> <li>- ihre eigenen Fähigkeiten realistisch einschätzen und sich entsprechend in den Arbeits- und Lernprozess mit einbringen</li> </ul>

8

Unterrichtsvorhaben	<b>Turnen an Geräten – Reck, Sprunggeräte, Balken</b>
---------------------	---

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Die SuS können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- am Reck einen Aufschwung, Umschwung und einen Unterschwung auf grundlegendem Niveau ausführen und verbinden</li> <li>- an einem Sprunggerät einen Hocksprung auf grundlegendem Niveau durchführen</li> </ul>
Methodenkompetenz	Die SuS können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungsgestaltungen und –kombinationen auf Grundlage von Informationsquellen variieren, zusammenstellen und präsentieren</li> <li>- Reck, Sprunggeräte und Balken unter Berücksichtigung sicherheitsrelevanter Aspekte auf – und abbauen</li> </ul>
Urteilskompetenz	Die SuS können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- die Ausführung ihrer Bewegungsausführung sowie die ihrer Partner kriteriengeleitet beobachten, analysieren und bewerten</li> </ul>

## 9

Unterrichtsvorhaben	<b>Bewegen an Geräten - Le Parcours</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Die SuS können... <ul style="list-style-type: none"> <li>- mäßig schwere Wegstrecken – bezogen auf die geringe Unterstützungsfläche (Schwebebalken oder ggf. Barrenholm) - ohne Hilfe zügig balancierend überwinden</li> <li>- einfache Sprünge (sowie Präzisions sprünge zur Hindernisüberquerung ausführen</li> </ul>
Methodenkompetenz	Die SuS können... <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungsgestaltungen und –kombinationen auf Grundlage von Informationsquellen variieren, zusammenstellen und präsentieren</li> <li>- Reck, Ringe, Sprunggeräte, Balken und große Kästen unter Berücksichtigung sicherheitsrelevanter Aspekte auf – und abbauen</li> </ul>
Urteilskompetenz	Die SuS können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- die Ausführung ihrer Bewegungsausführung sowie die ihrer Partner kriteriengeleitet beobachten, analysieren und bewerten</li> </ul>

### Vereinbarungen zur Leistungsbewertung:

#### 1. Jahrgangübergreifende und unterrichtsbegleitende Leistungsaspekte

Demonstration von Bewegungshandeln	gut: Schüler/in führt turnerische Übungen kontrolliert und weitestgehend ohne Hilfestellung aus. ausreichend: Schüler/in besitzt noch keine eindeutig erkennbare Bewegungsvorstellung und benötigt bei sämtlichen Übungen Hilfestellung.
Anstrengungsbereitschaft	gut: Schüler/in zeigt einen angemessenen Willen, sein/ihr Bewegungskönnen zu verbessern und strengt sich entsprechend an. ausreichend: Schüler/in strengt sich nur bei einigen Übungen an und benötigt des öfteren Impulse von außen, um den Arbeitsprozess aufrecht zu halten.
Mitgestaltung von Unterrichtssituationen	gut: Schüler/in gestaltet Unterrichtssituationen zweckmäßig mit und trägt dazu bei, den selbstständigen Arbeitsprozess in Kleingruppen voranzutreiben. ausreichend: Schüler/in gestaltet keine Bewegungsaufgaben, stört die Gestaltung anderer jedoch nicht.
Kooperation und Fairness	gut: Schüler/in kooperiert gut mit anderen, nimmt angemessen Rücksicht und unterstützt Mitschüler/innen bei ihrem Lernprozess. ausreichend: Schüler/in kooperiert nur teilweise mit Mitschüler/innen und leistet selten Hilfe, die für eine sachgemäße Lösung der Bewegungsaufgabe nötig ist.
Organisation: Auf- und Abbau, Schiedsrichtertätigkeiten	gut: Schüler/in beteiligt sich unaufgefordert bei dem Auf- und Abbau von Materialien und Geräten, erkennt selbstständig, wo noch Unterstützung benötigt wird. ausreichend: Schüler/in ergreift beim Auf- und Abbau nie die Initiative und benötigt regelmäßig Aufforderungen, um andere zu unterstützen.
Verständnis und mündliche Beiträge	gut: Schüler/in nimmt stets aktiv am Unterrichtsgespräch teil und demonstriert darin themenspezifische Fachkenntnisse. Er/sie kann Arbeitsaufträge unmittelbar in die Praxis umsetzen. ausreichend: Schüler/in erbringt nur selten mündliche Beiträge von inhaltlicher Qualität. Er/sie muss sich oft bei anderen über den Arbeitsauftrag informieren.

#### 2. Jahrgangsspezifische, meist punktuell beobachtete Leistungsaspekte im technischen, im konditionellen, im taktischen oder im gestalterischem Bereich

Klasse 5	<b>Aufschwingen in den Stütz</b> gut: Schüler/in bringt die Hüfte deutlich an die Stange und erreicht den stabilen Stütz mit leichter Hilfeleistung. ausreichend: Schüler/in turnt den Aufschwung und gelangt mit Hilfeleistung in den flüchtigen Stütz. <b>Rolle vorwärts</b> gut: Schüler/in rollt dynamisch aus dem Schlusstand ohne Zuhilfenahme der Hände in den Stand. ausreichend: Schüler/in rollt über beide Schultern und kommt nur mit deutlicher Hilfe der Hände in den Stand.
Klasse 6	<b>Präsentation der Bewegungskür</b> gut: Die SuS turnen die meisten Elemente synchron und die technische Ausführung erfüllt die Anforderungen weitestgehend. ausreichend: Die SuS turnen die Hälfte der Elemente synchron, Bewegungsabläufe sind in Ansätzen flüssig und die technischen Ausführungen werden teilweise erfüllt.

Klasse 7	<p><b>Pyramidenbau</b>  gut: Die SuS demonstrieren eine stabile Pyramide mit durchgehendem Einsatz von Körperspannung, die zügig auf- und abgebaut wird.  ausreichend: Die SuS sind in der Lage, eine Pyramide unter Wahrung von Sicherheitsaspekten (Füße stehen bei der Bankstellung auf Becken bzw. Schultern) flüchtig einzunehmen.</p>
Klasse 8	<p><b>Hocke über den Kasten</b>  gut: Schüler/in hockt mit leichter Hilfestellung durch  ausreichend: Schüler/in hockt auf dem Kasten auf</p>
Klasse 9	<p><b>Balancieren</b>  gut: Schüler/in läuft zügig über eine umgedrehte Bank/Schwebebalken mit kl. Hindernissen (bspw. Medizinbällen) oder er geht ohne Pause über einen Barrenholm.   ausreichend: SoS geht nur sehr langsam und mit vielen Ausweichbewegungen über eine Bank/Schwebebalken bzw. er kann lediglich wenige kleine Schritte mit Partnerhilfe auf einem Barrenholm ausführen, bevor er abspringen muss.</p> <p><b>Präzisionssprung</b>  gut: Schüler/in springt gleichzeitig beidbeinig ab und landet gleichzeitig beidbeinig auf dem Hindernis (vom kleinen Kasten in ca. 1m Entfernung auf tiefe Reckstange oder von einer umgedrehten Bank auf die nächste Bank [Entfernung hier jew. eine kleine Mattenquerlänge) und kann nun sein Gleichgewicht auf den Fußballen stabilisieren.   ausreichend: S. springt mit einem Bein voran ab und landet sehr unsicher (Ruderbewegungen mit den Armen, Landung auf ganzem Fuß; benötigt bei der Landung Hilfestellung/Greifmöglichkeit [bspw. höher gestellter Parallelholm] bzw. kann ohne Festhaltungsmöglichkeit <i>manchmal</i> sein Gleichgewicht nicht stabilisieren → unfreiwilliger Abgang.</p> <p><b>Rolle (nach Tiefsprung) – Basic roll (Drop jump) – Roulade (Saut de fond)</b>  gut: Schüler/in landet in Schrittstellung, gibt in den Knien nicht zu viel (nicht über 90°) und nicht zu wenig nach, verlagert Gewicht sofort nach Landung nach vorne und schiebt eine Schulterseite (samt Arm) nach vorne, der Körper rollt bogenförmig diagonal (bspw. linke Schulter – rechte Beckenpartie) über den Rücken ab und kommt mit Restschwung wieder in den Stand.   ausreichend: S. nutzt die Abfederungswirkung der Beugeelenke nicht genügend, verlagert Gewicht erst deutlich zeitverzögert nach der Landung nach vorne; die Rollbewegung ist noch sichtbar, aber unökonomisch (erscheint „unrund“ → wenig abgerundeter Rücken) oder wird zu früh geöffnet, so dass der Restschwung nicht ganz reicht, um wieder in den Stand zu kommen.</p> <p><b>Laufkehre/Lazy vault bzw. Speedvault/Passé de barrière</b>  gut: Schüler/in springt aus vollem Anlauf ab, zeigt kräftigen Schwungbeineinsatz und sichere Einarmstützphase auf dem Gegenstand (bspw. Längskasten) sowie eine Landung in Schrittstellung, die ein direktes Weiterlaufen ermöglicht.   ausreichend: S. zeigt die o.g. Merkmale in nicht ausreichender Form, so dass das Hindernis nicht direkt überquert wird.</p> <p><b>Weitsprung – Saut du Détente (auch Armsprung genannt)</b>  gut: S. nutzt Laufenergie für Weitsprung an die Wand und kann die Landung an der Wand in der Hängehockposition mit ausgestreckten Armen stabilisieren, wobei die Beine zuerst das Hindernis berühren, um die Kraft vom Sprung abzufangen.   ausreichend: S. zeigt unflüssigen Bewegungsablauf zw. Anlauf und Absprung und schafft es daher nur, eine geringe Distanz zu überwinden. Die Landung an der Wand erfolgt in nicht ganz korrekter zeitlicher Reihenfolge (s.o.), so dass die Hängehockposition nur mit Mühe ausreichend lange kontrolliert und damit stabilisiert werden kann.</p> <p><b>Hockwende/Stützsprung – Demi-tour</b>  gut: S. hält bei der Bewegungsausführung die Beine geschlossen und hält den KSP möglichst über den stützenden Armen. Landung erfolgt kontrolliert sowie mit Körperspannung.   ausreichend: S. hält die Beine nicht geschlossen hält den KSP nicht deutlich über den stützenden Armen. Der Handwechsel wird durchgeführt, dennoch erfolgt die Landung rel. unkontrolliert, ohne Körperspannung und die 180°-Drehung kann nur mit Mühe vollzogen werden.</p> <p><b>Drehhocke vorwärts - Wallspin</b>  gut: S. läuft im korrekten 45°-Winkel an, setzt das Schwungbein (bei Sprung von einem Bein) schwungkräftig ein; Hände werden in korrekter Höhe an die Wand gesetzt; Finger des Stützarms (= unterer Arm) zeigen zum Boden, Hände fassen übereinander an der Wand; Beine werden in der Stützphase angehockt; nach der halben Drehung wird die obere Hand gelöst, damit die Beine aktiv die zweite Hälfte der Drehung ausführen können; Landung erfolgt mit hüftbreit geöffneten Beinen im Querstand seitlings.   ausreichend: S. läuft im korrekten Winkel an, setzt das Schwungbein schwungkräftig ein; sowohl die Hände werden jedoch nicht korrekt an die Wand gesetzt und eingesetzt (unterer Arm= Stützarm, oberer Arm = Stemm- bzw. nachher Rotationsimpulsgebender Arm), als auch die Körperhaltung ist nicht kompakt genug, so dass der Wallspin nicht mit einer Landung auf den Füßen abschließt.</p>

## 6) Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

6

Unterrichtsvorhaben	<b>HipHop – Erstellung einer Gruppenchoreographie auf der Grundlage einfacher, vorgegebener und selbst erarbeiteter/erfundener HipHop Schritte</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aufbau eines Grundrepertoires von einfachen Schritten (z.B.: Bounce, Walk, Slide, Quarter Moon/Half Moon (Geschwindigkeit verdoppeln), Drehung, Grapevine, Coss Jump ...) und Entwicklung einer kurzen Partner -Sequenz (3x8 Takte)</li> <li>- Erarbeitung/Erfindung eigener, neuer Schrittelemente, Variation bekannter Schritte in Bezug auf Dynamik und Raumausnutzung</li> <li>- Erarbeitung einfacher Stilmittel (z.B. Synchronität, Partnerbezüge, Tempowechsel, Variation in der Bewegungspräzision)</li> <li>- Entwicklung einer eigenen Kleingruppenchoreographie zu einer Strophe/einem Refrain eines ausgewählten Musikstückes.</li> <li>- Erarbeitung einer vorgegebenen Choreographie innerhalb der Großgruppe</li> <li>- Zusammenführung der Kleingruppenchoreographien zu einer Großgruppenchoreographie mit Schaffung passender Übergänge</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Analyse der Rhythmusstruktur eines Musikstückes</li> <li>- Demonstration und verbale Erläuterung von Tanzschritten</li> <li>- Erstellung brauchbarer Aufzeichnung zur Entwicklung einer Choreographie</li> <li>- Präsentation einer selbst entwickelten und einer vorgegebenen Choreographie</li> </ul>
Urteilskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beurteilung einer Präsentation nach den Gestaltungskriterien Raum, Zeit und Dynamik</li> </ul>

8

Unterrichtsvorhaben	<b>BallKoRobics – Eine Gruppenchoreographie mit koordinativen Elementen entwickeln</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Basketball in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ solistisch: werfen, fangen, prellen, kreisen ... den Ball beim Tanzen</li> <li>○ als verbindendes Element: Brustpass, Bodenpass, Übergabe, Zurollen ... beim Tanzen</li> </ul> </li> <li>• Arm- und Beinbewegungen strukturgerecht ausführen und koordinieren. Durch den Einsatz des Balles können die Schülerinnen und Schüler diese verändern und der Schwierigkeitsgrad und die Komplexität werden erhöht.</li> </ul>
Methodenkompetenz	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die zentralen Ausführungskriterien „Raumorientierung, Synchronität und Kreativität“ beschreiben und erläutern.</li> <li>• Ihre Choreographie an diesen Kriterien orientiert entwickeln und präsentieren.</li> </ul>
Urteilskompetenz	Die Schülerinnen und Schüler können die Raumorientierung, Synchronität und Kreativität sowie den Einsatz des Balls als Gestaltungsmittel kriteriengeleitet bewerten.

9

Unterrichtsvorhaben	<b>Aerobic als Mittel zur Erweiterung der individuellen Bewegungsfähigkeit und Gestaltung von Bewegungsideen in der Gruppe</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die Schüler lernen einfache und komplexere Schritte präzise auszuführen, zu kombinieren und die entwickelten Schrittkombinationen mit dazu passenden Arm- und Beinbewegungen auszudifferenzieren, zu kombinieren und koordinieren.</li> <li>- sie können kriteriengeleitet eine Aerobicchoreographie in Kleingruppen entwickeln</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sie eignen sich das fachspezifische Vokabular an und können eine kleine Choreografie sachgerecht aufschreiben.</li> <li>- Die Schüler kennen verschiedene Gestaltungskriterien und können diese in ihrer Aerobicchoreographie umsetzen.</li> </ul>
Urteilskompetenz	- Schüler können Elemente der (im UV ausgewählten) Gestaltungskriterien erkennen und die Choreographie ihrer Mitschüler und ihren eigenen Arbeitsprozess in Ansätzen kriteriengeleitet reflektieren.

### Vereinbarungen zur Leistungsbewertung:

#### 1. Jahrgangübergreifende und unterrichtsbegleitende Leistungsaspekte

Demonstration Bewegungshandeln	von	Siehe unter 2.
Anstrengungsbereitschaft		gut: Der Schüler strengt sich – auch bei ungeliebten Bewegungsaufgaben – angemessen an und es wird deutlich, dass er seine Leistungen spürbar verbessern möchte. ausreichend: Der Schüler strengt sich bei einigen Spiel- und Übungsformen an, kann allerdings leicht

[Text eingeben]

	abgelenkt werden.
Mitgestaltung von Unterrichtssituationen	gut: Der Schüler gestaltet Bewegungspräsentationen zweckmäßig und für die Gruppe befriedigend mit. ausreichend: Der Schüler gestaltet Bewegungspräsentationen nur in Ausnahmefällen mit, stört die Gestaltung anderer aber nicht.
Soziale Aspekte	gut: Schüler hilft anderen oder lässt sich helfen, arbeitet in Gruppenarbeitsphasen konstruktiv und kritikfähig mit anderen zusammen. ausreichend: Schüler ist an einer konstruktiven Zusammenarbeit mit anderen Schüler selten interessiert, zeigt aber punktuell Teamfähigkeit
Organisation des Unterrichtes	gut: Der Schüler arbeitet aktiv an einem kommunikativen Organisationsrahmen mit. ausreichend: Der Schüler fügt sich in geforderte Organisationsformen nur nach Aufforderung.
Verständnis und mündliche Beiträge	gut: Der Schüler passt so gut auf, dass er Bewegungsaufgaben und Schrittvorgaben sofort umsetzen kann. Seine mündlichen Beiträge zeichnen sich durch Kontinuität und oftmals durch Qualität aus. ausreichend: Der Schüler versteht Bewegungsaufgaben häufig nicht, so dass es aus diesem Grund zu Verzögerungen kommt. Der Schüler erbringt nur sehr selten richtige mündliche Beiträge.

## 2. Jahrgangsspezifische, meist punktuell beobachtete Leistungsaspekte im technischen, im konditionellen, im taktischen oder im gestalterischem Bereich

Klasse 6	Ausführung von Tanzschritten: Gut: der Schüler verfügt über ein Repertoire, das über die Grundschritte hinaus geht. Er ist in der Lage diese in Bezug auf die bearbeiteten Stilmittel zu variieren und Situationsgemäß einzusetzen und zu präsentieren. Ausreichend: Der Schüler verfügt über das Repertoire der Grundschritte, Variationen sind nur im Ansatz zu erkennen.
Klasse 8	Technik: Den Ball solistisch und als verbindendes Element in den Tanz integrieren Gut: Die Schülerinnen und Schüler werfen, fangen, prellen, kreisen ... den Ball beim Tanzen meistens ohne aus dem Rhythmus zu kommen oder den Ball zu verlieren. Ausreichend: Die Schülerinnen und Schüler kommen beim Werfen, Fangen, Pellen, Kreisen ... des Balls mehrfach aus dem Rhythmus oder verlieren den Ball. Gut: Die Schülerinnen und Schüler spielen Brust- und Bodenpässe, rollen den Ball zu und übergeben ihn beim Tanzen meistens ohne aus dem Rhythmus zu kommen oder den Ball zu verlieren. Ausreichend: Die Schülerinnen und Schüler spielen Brust- und Bodenpässe, rollen den Ball zu und übergeben ihn beim Tanzen und kommen dabei mehrfach aus dem Rhythmus oder verlieren den Ball.  Gestaltung: Raumorientierung, Synchronität und Kreativität Gut: Die Schülerinnen und Schüler setzen in ihrer Präsentation meistens die Kriterien Raumorientierung, Synchronität und Kreativität um und nutzen den Ball vielfältig als Gestaltungskriterium. Ausreichend: Die Schülerinnen und Schüler setzen in ihrer Präsentation mehrfach die Kriterien Raumorientierung, Synchronität und Kreativität nicht um und nutzen den Ball nicht sehr vielfältig als Gestaltungskriterium.
Klasse 9	Aerobicchoreographie: Gut: Der Schüler beherrscht die einzelnen Schritte, führt diese sauber, im Takt und mit jeweils erarbeiteter Armbewegung aus. Er beherrscht die Schrittabfolge der Choreographie meist sicher. Gruppe: Die Pflichtelemente und vorgegebenen Gestaltungskriterien werden in der Gruppenchoreographie umgesetzt. Ausreichend: Der Schüler beherrscht einzelne/wenige Schritte und führt diese meist unsauber oder fehlerhaft aus. Oft ist er zu langsam in der Ausführung. Die jeweils erarbeitete Armbewegung führt er selten (passend) aus. Die Schrittabfolge der erarbeiteten Choreographie beherrscht er nicht sicher. Gruppe: Nicht alle Pflichtelemente und vorgegebenen Gestaltungskriterien werden in der Gruppenchoreographie (erkennbar) umgesetzt.

## 7) Spielen in und mit Regelstrukturen- Sportspiele

### Basketball

5

Unterrichtsvorhaben	<b>Spiel 3:3 mit Technikelementen</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schulung folgender technischer Fähigkeiten: Dribbeln / Stoppen / Sternschritt; Standwurf (auch beidhändig)</li> <li>- Die Schüler können wichtige Regeln nennen</li> </ul>
Methodenkompetenz	Schüler können Abbildungen als Informationsquelle nutzen, um einfache Übungsformen auszuführen.
Urteilskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schüler können ein Dribbling und einen Korbwurf kriteriengeleitet bewerten</li> <li>- Schüler können den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft im Basketballspiel beurteilen.</li> </ul>

6

Unterrichtsvorhaben	<b>Spiel 3:3 mit Technikelementen</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wiederholung folgender technischer Fähigkeiten: Dribbeln / Stoppen / Sternschritt; Standwurf (auch beidhändig)</li> <li>- Schulung folgender technischer Fähigkeiten: Fangen und Passen (direkter und indirekter Brustpass), Freilaufen und Anbieten</li> <li>- Die Schüler können wichtige Regeln nennen (Grundregeln Minibasketball ohne Doppeldribbling)</li> </ul>
Methodenkompetenz	Schüler können Abbildungen als Informationsquelle nutzen, um einfache Übungsformen auszuführen.
Urteilskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schüler können ein Dribbling und einen Korbwurf kriteriengeleitet bewerten</li> <li>- Schüler können den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft im Basketballspiel beurteilen.</li> </ul>

7

Unterrichtsvorhaben	<b>Spiel 2:2 und 3:3 und 5:5 mit Ausweitung und Vertiefung von Technikelementen sowie Partnerhilfe im Angriff</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wiederholung der technischen Elemente aus 5/6, vor allen Dingen Dribbeln und Abstoppen als Vorbereitung für den Korbleger</li> <li>- Standwurf (einhändig oder beidhändig)</li> <li>- Korbleger nach einem Dribbling</li> <li>- Die Schüler können das Give-and-go bei ohne bis teilaktiver Verteidigung spielen.</li> <li>- Die Schüler können weitere Regeln nennen, die Schrittregel wird strenger beachtet.</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schüler können Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen.</li> <li>- Schüler können den Ablauf des Give-and-go in einer Abbildung darstellen.</li> <li>- Schüler können den Angriffsaufbau im 5:5 in einer Abbildung darstellen.</li> </ul>
Urteilskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schüler können den Korbleger und die Ausführung eines direkten Blocks kriteriengeleitet bewerten.</li> <li>- Schüler können den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft im Basketballspiel beurteilen, z.B. mit der Fragestellung: Wer sagt die Fouls an im Spiel ohne Schiedsrichter..</li> </ul>

8

Unterrichtsvorhaben	<b>Spiel 2:2, 3:3 und 5:5 mit Ausweitung und Vertiefung von Technikelementen sowie Partnerhilfe im Angriff</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Korbleger nach Dribbling und nach Pass</li> <li>- Die Schüler können weitere Regeln nennen, die Schrittregel wird strenger beachtet.</li> <li>- Mann-Mann Verteidigung im Spiel 2:2</li> <li>- Einnehmen der korrekten Abwehrposition in der Manndeckung</li> <li>- Einüben von Cut Bewegungen im 2:2 und 3:3</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schüler können Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen.</li> <li>- Schüler können den Ablauf des direkten Blocks mit Hilfe einer Abbildung darstellen.</li> </ul>
Urteilskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schüler können den Korbleger und die Ausführung der Mann-Mann Verteidigung kriteriengeleitet bewerten.</li> <li>- Schüler können den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft im Basketballspiel beurteilen, z.B. mit der</li> </ul>

	Fragestellung: Wer sagt die Fouls an im Spiel ohne Schiedsrichter.
--	--

9

Unterrichtsvorhaben	<b>Spiel 1:1 und 5:5 mit Ausweitung und Vertiefung von Technikelementen sowie Partnerhilfe im Angriff</b>
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	- Wiederholung: Korbleger - Wiederholung: Direkter Block, Anwendung im Spiel 3:3 bis 5:5 - Sprungwurf
Methodenkompetenz	- Schüler können spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden. - Schüler können den Ablauf des direkten Blocks im 5:5 mit Hilfe einer Abbildung darstellen. - Schüler können ein Turnier mit 5 Mannschaften organisieren.
Urteilskompetenz	- Schüler können den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft im Basketballspiel beurteilen, z.B. mit der Fragestellung: Wer sagt die Fouls an im Spiel ohne Schiedsrichter.

### Vereinbarungen zur Leistungsbewertung:

#### 1. Jahrgangübergreifende und unterrichtsbegleitende Leistungsaspekte

Demonstration von Bewegungshandeln	s.u. Taktik im Spiel gut: Schüler ist oft anspielbereit, spielt selbst zweckmäßig ab oder nutzt häufig eine vorteilhafte Situation aus und hält in der Regel seine Position. Er verteidigt engagiert gegen seinen Gegner. ausreichend: Schüler kann nur selten angespielt werden, strahlt fast nie eine Korbgefahr aus und hält sich selten an seine Position. Er vergisst häufig gegen seinen Gegner zu verteidigen.
Anstrengungsbereitschaft	gut: Der Schüler strengt sich – auch bei ungeliebten Spiel- und Übungsformen – angemessen an und es wird deutlich, dass er seine Leistungen spürbar verbessern möchte. ausreichend: Der Schüler strengt sich in einigen Spiel- und Übungsformen an, kann allerdings leicht abgelenkt werden.
Mitgestaltung von Unterrichtssituationen	gut: Der Schüler gestaltet Unterrichtssituationen, z.B. ein Aufwärmen, zweckmäßig und für die Gruppe befriedigend mit. ausreichend: Der Schüler gestaltet keine Unterrichtssituation alleine mit, stört die Gestaltung anderer aber nicht.
Kooperation und Fairness	gut: Schüler hilft anderen meistens unaufgefordert und zweckmäßig, verhält sich in Spielen regelbewusst und gibt meistens eigene Fouls zu. ausreichend: Schüler hilft anderen nicht, weil der Willen oder die Fähigkeit fehlt. Im Spiel foult er unbeabsichtigt häufig.
Organisation: Auf- und Abbau, Schiedsrichtertätigkeiten	gut: Der Schüler baut meistens ohne Aufforderung auf- und ab und sieht häufig selbstständig, was fehlt. ausreichend: Der Schüler baut fast nie unaufgefordert auf oder ab, hilft aber nach Aufforderung.
Verständnis und mündliche Beiträge	gut: Der Schüler passt so gut auf, dass er Spiel- oder Übungsformen sofort umsetzen kann. Seine mündlichen Beiträge zeichnen sich durch Kontinuität und oftmals durch Qualität aus. ausreichend: Der Schüler versteht Spiel- und Übungsformen häufig nicht, so dass es aus diesem Grund zu Verzögerungen kommt. Der Schüler erbringt nur sehr selten richtige mündliche Beiträge.

#### 2. Jahrgangsspezifische, meist punktuell beobachtete Leistungsaspekte im technischen, im konditionellen, im taktischen oder im gestalterischem Bereich

Klasse 5	Technik: Demonstration Dribbeln – Abstoppen – Sternschritt gut: Schüler dribbelt meistens flüssig und im richtigen Rhythmus; er schaut selten auf den Ball; er begeht selten einen Schrittfehler. ausreichend: Der Ball muss immer wieder in beide Hände genommen werden; der Schüler schaut fast ständig auf den Ball; Es ist kein Stoppschritt mit zwei Kontakten erkennbar
Klasse 6	Technik: Standwurf gut: Der Schüler steht in gutem Gleichgewicht knickt in den Handgelenken ab, und wirft parabelförmig. Aus der Nahdistanz trifft er häufig. ausreichend: Der Wurf erfolgt nicht aus dem Gleichgewicht. Es ist kein Bogen bei der Flugkurve zu erkennen. Der Wurf trifft aber in der Regel den Ring oder das keine Rechteck.
Klasse 7	Technik: Korbleger nach einem Dribbling gut: Schüler führt das letzte Dribbling und die beiden Kontakte ohne Dribbling regelgerecht durch. Er wirft kontrolliert und trifft meistens. ausreichend: Schüler springt oft mit dem falschen Bein ab. Er wirft unkontrolliert und trifft meistens nicht.
Klasse 8	Technik: Korbleger nach Pass oder Dribbling gut: Schüler führt das letzte Dribbling und die beiden Kontakte ohne Dribbling regelgerecht durch. Er wirft kontrolliert und trifft meistens. ausreichend: Schüler springt oft mit dem falschen Bein ab. Er wirft unkontrolliert und trifft meistens nicht.
Klasse 9	Taktik: Direkter Block im Spiel 3:3 gut: Schüler stellt einen regelgerechten Block bei teilaktivem Verteidiger. Als Blocknutzer dribbelt er erst los, wenn der Block steht und kann seinen Gegner meistens am Block abstreifen. ausreichend: Schüler stellt auch bei teilaktivem Verteidiger selten einen zweckmäßigen Block und kann diesen Block als Angreifer selten für eine Korbaktion nutzen.



## Volleyball

8

Unterrichtsvorhaben	Vom Ball über die Schnur zum Minivolleyball 3:3
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- den selbst angeworfenen Ball pritschen</li> <li>- den zugeworfenen Ball pritschen und baggern</li> <li>- miteinander volley pritschen und baggern</li> <li>- gegeneinander volley pritschen und baggern im Spiel 3:3</li> <li>- Die Schüler können die ersten taktischen Grundzüge (1. Pass immer ans Netz spielen) spielen</li> <li>- Rotationsregel</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schüler können Abbildungen als Informationsquellen nutzen, um Bewegungsabläufe zu analysieren und durchzuführen</li> <li>- Schüler können Abbildungen als Informationsquelle nutzen, um einfache Übungsformen auszuführen.</li> </ul>
Urteilskompetenz	- Schüler können das obere und untere Zuspiel kriteriengeleitet bewerten.

9

Unterrichtsvorhaben	Vom 3:3 zum 4:4 – und der Aufschlag kommt dazu.
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wiederholung der technischen Elemente (oberes und unteres Zuspiel) aus der Jgst. 8</li> <li>- Aufschlag von unten auf Ziele/Partner</li> <li>- Aufschlag von unten als Spieleröffnung im Spiel 3 mit 3 und später 3:3 bzw. 4:4</li> <li>- Miteinander volley spielen</li> <li>- Erweiterung der taktischen Grundzüge (1. Pass ans Netz, 2. Pass parallel zum Netz)</li> <li>- Evtl Driveschlag (des zugeworfenen, zugepritschten Balles)</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schüler können spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden.</li> <li>- Schüler können Bewegungsabläufe mit Hilfe von Abbildungen darstellen</li> <li>- Schüler können taktische Abläufe mit Hilfe von Abbildungen darstellen</li> </ul>
Urteilskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schüler können den Aufschlag von unten kriteriengeleitet bewerten</li> <li>- Schüler können Spielabläufe unter taktischen Gesichtspunkten bewerten</li> </ul>

### Vereinbarungen zur Leistungsbewertung:

#### 1. Jahrgangübergreifende und unterrichtsbegleitende Leistungsaspekte

Demonstration von Bewegungshandeln	s.o. Taktik im Spiel gut: Schüler ist oft anspielbereit, spielt zweckmäßig auf unterschiedlichen Positionen, bewegt sich sicher innerhalb seines Spielbereiches im Feld und kommuniziert in unklaren Situationen mit den Mitspielern.. ausreichend: Schüler kann ist nur selten anspielbereit, er ist sehr unsicher in Bezug auf seinen Verantwortungsbereich innerhalb des Feldes und hält sich selten an seine Position.
Anstrengungsbereitschaft	gut: Der Schüler strengt sich – auch bei ungeliebten Spiel- und Übungsformen – angemessen an und es wird deutlich, dass er seine Leistungen spürbar verbessern möchte. ausreichend: Der Schüler strengt sich in einigen Spiel- und Übungsformen an, kann allerdings leicht abgelenkt werden.
Mitgestaltung von Unterrichtssituationen	gut: Der Schüler gestaltet Unterrichtssituationen, z.B. ein Aufwärmen, zweckmäßig und für die Gruppe befriedigend mit. ausreichend: Der Schüler gestaltet keine Unterrichtssituation alleine mit, stört die Gestaltung anderer aber nicht.
Kooperation und Fairness	gut: Schüler hilft anderen meistens unaufgefordert und zweckmäßig, verhält sich in Spielen regelbewusst und bindet seiner Mitspieler ein.. ausreichend: Schüler hilft anderen nicht, weil der Willen oder die Fähigkeit fehlt.
Organisation: Auf- und Abbau, Schiedsrichtertätigkeiten	gut: Der Schüler baut meistens ohne Aufforderung auf- und ab und sieht häufig selbstständig, was fehlt. ausreichend: Der Schüler baut fast nie unaufgefordert auf oder ab, hilft aber nach Aufforderung.
Verständnis und mündliche Beiträge	gut: Der Schüler passt so gut auf, dass er Spiel- oder Übungsformen sofort umsetzen kann. Seine mündlichen Beiträge zeichnen sich durch Kontinuität und oftmals durch Qualität aus. ausreichend: Der Schüler versteht Spiel- und Übungsformen häufig nicht, so dass es aus diesem Grund zu Verzögerungen kommt. Der Schüler erbringt nur sehr selten richtige mündliche Beiträge.

**2. Jahrgangsspezifische, meist punktuell beobachtete Leistungsaspekte im technischen, im konditionellen, im taktischen oder im gestalterischem Bereich**

Klasse 8	<p>Technik: oberes und unteres Zuspiel            gut: Schüler führt das obere und untere Zuspiel regelgerecht durch. Der Ball kommt meist am Ziel/Partner an.            ausreichend: Schüler führt das obere und untere Zuspiel nur mit unsauberer Handhaltung durch (platschendes Geräusch) Der Ball kommt selten am Ziel/Partner an.</p>
Klasse 9	<p>Technik: Aufschlag von unten            gut: Schüler führt den Aufschlag regelgerecht durch. Der Aufschlag kommt fast immer im gegnerischen Feld an.            ausreichend: Der Aufschlag verfehlt meist das gegnerische Feld oder kommt nicht über das Netz            Taktik:            gut: Der Schüler hat ein gutes Verständnis des Spielzugablaufes. Er spielt den ersten Pass meist sicher nach vorne und den zweiten parallel zum Netz. Der Schüler beherrscht sicher die Rotationsfolge            ausreichend: Der Schüler spielt die Bälle meist zufällig ohne klare Richtung. Er vergisst meist die Rotation oder führt sie falsch aus.</p>

**Tennis**

5

Unterrichtsvorhaben	Von der Ballgewöhnung zum Tennisabzeichen
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Den Ball mit dem Schläger balancieren</li> <li>- den Ball selber hochspielen bzw. mit dem Schläger prellen</li> <li>- den zugeworfenen Ball mit der Vor- bzw. Rückhand spielen</li> <li>- miteinander über das kleine Netz spielen</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schüler können Abbildungen als Informationsquellen nutzen, um Bewegungsabläufe zu analysieren und durchzuführen</li> <li>- Schüler können Abbildungen als Informationsquelle nutzen, um einfache Übungsformen auszuführen.</li> </ul>
Urteilskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schüler können die Vor- und die Rückhand kriteriengeleitet bewerten.</li> </ul>

**Vereinbarungen zur Leistungsbewertung:**

**1. Jahrgangübergreifende und unterrichtsbegleitende Leistungsaspekte**

Demonstration von Bewegungshandeln	s.u. Technik im Spiel gut: Schüler antizipiert den Ball oft richtig und trifft in situationsgerecht mit Vor- oder Rückhand, spielt selbst zweckmäßig ab oder nutzt häufig eine vorteilhafte Situation aus. Er spielt engagiert gegen seinen Gegner bzw. mit seinen Mitspielern. ausreichend: Schüler antizipiert den Ball selten richtig und wählt häufiger den falschen Schlag. Der Ball erreicht selten den Gegner/Mitspieler.
Anstrengungsbereitschaft	gut: Der Schüler strengt sich – auch bei ungeliebten Spiel- und Übungsformen – angemessen an und es wird deutlich, dass er seine Leistungen spürbar verbessern möchte. ausreichend: Der Schüler strengt sich in einigen Spiel- und Übungsformen an, kann allerdings leicht abgelenkt werden.
Mitgestaltung von Unterrichtssituationen	gut: Der Schüler gestaltet Unterrichtssituationen, z.B. ein Aufwärmen, zweckmäßig und für die Gruppe befriedigend mit. ausreichend: Der Schüler gestaltet keine Unterrichtssituation alleine mit, stört die Gestaltung anderer aber nicht.
Kooperation und Fairness	gut: Schüler hilft anderen meistens unaufgefordert und zweckmäßig, verhält sich in Spielen regelbewusst und gibt meistens eigene Fouls zu. ausreichend: Schüler hilft anderen nicht, weil der Willen oder die Fähigkeit fehlt. Im Spiel foult er unbeabsichtigt häufig.
Organisation: Auf- und Abbau, Schiedsrichtertätigkeiten	gut: Der Schüler baut meistens ohne Aufforderung auf- und ab und sieht häufig selbstständig, was fehlt. ausreichend: Der Schüler baut fast nie unaufgefordert auf oder ab, hilft aber nach Aufforderung.
Verständnis und mündliche Beiträge	gut: Der Schüler passt so gut auf, dass er Spiel- oder Übungsformen sofort umsetzen kann. Seine mündlichen Beiträge zeichnen sich durch Kontinuität und oftmals durch Qualität aus. ausreichend: Der Schüler versteht Spiel- und Übungsformen häufig nicht, so dass es aus diesem Grund zu Verzögerungen kommt. Der Schüler erbringt nur sehr selten richtige mündliche Beiträge.

**2. Jahrgangsspezifische, meist punktuell beobachtete Leistungsaspekte im technischen, im konditionellen, im taktischen oder im gestalterischem Bereich**

Klasse 5	Technik: Vor und Rückhand gut: Schüler führt die Vor- und Rückhand regelgerecht durch. Der Ball kommt meist am Ziel/Partner an. ausreichend: Schüler führt die Vor- und Rückhand nur mit unsauberer Schlägerführung/ falschem Treffzeitpunkt durch (eirige Flugbahn des Balles) Der Ball kommt selten am Ziel/Partner an.
----------	---

**Badminton**

6 / 7

Unterrichtsvorhaben	Bewältigung von Anforderungssituationen in Bewegung und Spiel über die Sportart Badminton durch zielgerichtetem Wollen, motorischem Können und Grundwissen über die Sportart Badminton
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SuS können Grobformen von Vorhandgrunds Schlagtechniken ( VH-ÜK &amp; UH-Clear oder VH-Smash)</li> <li>• SuS können Grunds Schlagtechniken Spiel u. situationsangemessener einsetzen und konzentriert wirken</li> <li>• SuS können Spiel variantenreich gestalten</li> <li>• SuS können sicher und spielgemäß auf Halbfeld agieren</li> <li>• SuS können das Spielen mit dem Schläger mit vereinfachten Regeln u. dgl. sinnvoll modifizierend gestalten</li> <li>• SuS können einfache spielangemessene Schlagserien überblicken</li> </ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SuS können Flugkurven zu ein zelnen Schlägen zuordnen</li> <li>• SuS können das Zurücklaufen zum Zentrale Punkt (ZP) m. d. günstigsten</li> </ul>

	<p>Laufwegen und Schritten erklären und anwenden</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SuS können spiel- und schlagbegünstigende Position vor einem Schlag einnehmen</li> <li>• <b>SuS können durch</b> pos. innerer Sprache (Selbstmotiv.) sich motivieren</li> <li>• SuS können durch verbale, nonverbale Anerkennung der eignen Leistungen u. der Leistung anderer unterstützend wirken</li> </ul>
Urteilskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SuS können</b> die herrschende Spielidee und einzelner Regeln des Badmintonspiels auf Sinnhaftigkeit u. Angemessenheit in Bezug auf Spielfluss sowie Alters- und Könnensstufe erarbeiten</li> </ul>

Anforderungen am Ende der Jahrgangsstufe 7	
Gute Leistungen Ende 7	Ausreichende Leistungen Ende 7
<p>SuS können miteinander mit vorgegebem Grundschlag (min. 15 Ballschläge) spielen!</p> <p>SuS können gegeneinander regelgeleitet Spielen; Entgegnung des Hohen Aufschlags mit mindestens drei verschiedenen Grundschlagtechniken (VH-ÜK &amp; UH-Clear, VH-Drop oder VH-Smash).</p> <p>SuS können einfache Aufgaben sicher und Regelgeleitet bewältigen; kurz und lang Spiel innerhalb des Halb-Einzelfeldes.</p> <p>SuS können Schlagserien spielen; z.B.: Hoher Aufschlag+ Clear+Drop usw.</p>	<p>SuS können miteinander mit vorgegebenem (min.5-10 Ballschläge) spielen!</p> <p>SuS können gegeneinander regelgeleitet spielen; Entgegnung des Hohen Aufschlags mit mindestens ein bis zwei Grundschlagtechniken (VH-ÜK &amp; UH-Clear).</p> <p>Einfache Aufgaben sicher und Regelgeleitet bewältigen; vordere Zone / hintere Zone innerhalb des Halb-Einzelfeldes.</p> <p>SuS können einfache Schlagserien spielen; z.B.: Hoher Aufschlag + Kurzspiel(UH-Clear) + Weitspiel Clear usw.</p>
<p>SuS können häufig, spiel- und schlagbegünstigender Position vor einem Schlag sicher Einnehmen</p> <p>SuS vereinbaren und halten sich rege an sinnvolle Spiel- sowie Übungs-(weisen) absprachen</p> <p>SuS sprechen rege motivierendes für eigen und Mit-SuS-leistungen zu.</p> <p>SuS Reges reflektieren rege und sinnvoll Eigen- und Mit-SuS-leistungen.</p>	<p>SuS bemühen sich um das Einnehmen von spiel- und schlagbegünstigender Position vor einem Schlag mit vereinzelterm Erfolg</p> <p>SuS vereinbaren und halten sich mäßig an sinnvolle Spiel- sowie Übungs-(weisen) absprachen</p> <p>SuS sprechen mäßig motivierendes für eigen und Mit-SuS-leistungen zu</p> <p>SuS Reges reflektieren mäßig und sinnvoll - und Mit-SuS-leistungen</p>

Unterrichtsvorhaben	Bewältigung von Anforderungssituationen in Bewegung und Spiel über die Sportart Badminton durch zielgerichtetem Wollen, motorischem Können und Grundwissen über die Sportart Badminton
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SuS können (Fein)formen von Vorhandgrundschlagtechniken ( VH-ÜK &amp; UH-Clear, VH-Drop, VH-Smash) sowie einzelnen Rückhandgrundschlagtechniken (RH-UH-Clear, Drop evtl. ÜK-Clear)</li> <li>• SuS können Grundschlagtechniken Spiel u. situationsangemessener einsetzen und konzentriert wirken</li> <li>• SuS können Spiel variantenreich (cross/parallel) gestalten</li> <li>• SuS können sicher und spielgemäß auf Ganzfeld agieren</li> <li>• SuS können das Spielen nach erweiterten Regeln u. Speilsystemen sinnvoll gestalten</li> <li>• SuS können einfache und längere spielangemessene Schlagserien überblicken und durchführen</li> </ul>

[Text eingeben]

<p>Methodenkompetenz</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SuS können Flugkurven zu einzelnen Schlägen zuordnen und einsetzen</li> <li>• SuS können das Zurücklaufen zum Zentrale Punkt (ZP) m. d. günstigsten Laufwegen und Schritten flüssig anwenden</li> <li>• SuS können spiel- und schlagbegünstigende Position vor einem Schlag sicher einnehmen</li> <li>• SuS können durch pos. innerer Sprache (Selbstmotivat.) sich motivieren</li> <li>• SuS können bewusst verbale, nonverbale Anerkennung für eigene Leistungen u. der Leistung anderer unterstützend einsetzen</li> </ul>
<p>Urteilskompetenz</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SuS können unterschiedlichen Übungs-, und Turniersystemen und deren Angemessenheit auf die eigene und auf Spiel- und Lernmotivation der Klasse;</li> <li>• SuS können Leistungsunterschiede durch ausgleichende oder Ausscheidungs-, K.O.-, Aufstiegsysteme (z.B.: Kaiser-Turnier) erproben und evaluieren</li> </ul>

<p><b>Anforderungen am Ende der Jahrgangsstufe 9</b></p>	
<p><b>Gute Leistungen Ende 9</b></p>	<p><b>Ausreichende Leistungen Ende 9</b></p>
<p>SuS können gegeneinander mit erweiterten Regeln (Aufschlagregel, Zähl- und Aufstellungsweise usw.) in hohem Maße Regelkonform spielen.</p> <p>Kennen und wenden rege angemessene Schlagserien (z.B Entgegnung des kurzen/hohen Aufschlags mit angemessen variationsgeleitetem Schlagspielerien mit mindestens vier Schlagtehniken (VH-ÜK &amp; UH-Clear, VH-Drop oder VH-Smash, RH-ÜK-Clear/VH-(RH)Drive).</p> <p>Bewältigen auch schwierige Aufgaben sicher und Regelkonform; kurz-halbfeldlinksrechts/parallel und lang-halbfeld-links/rechts/parallel Spiel innerhalb des dem Einzelfeldes.</p> <p>Sicheres Spielen von erweiterten Schlagserien</p>	<p>SuS können gegeneinander regelgeleitet Spielen; Entgegnung des Hohen Aufschlags mit mindestens drei Grundschiagetechniken (VH-ÜK &amp; UH-Clear, Drop, Smash).</p> <p>Kennen und wenden angemessene Schlagserien (z.B Entgegnung des kurzen/hohen Aufschlags mit angemessen variationsgeleitetem Schlagspielerien mit mindestens vier Schlagtehniken (VH-ÜK &amp; UH-Clear, VH-Drop oder VH-Smash an.</p> <p>Bewältigen einfache Aufgaben sicher und regelgeleitet; vordere Zone / hintere Zone sowie linke und rechte Spielfeldhälfte i</p> <p>Spiele von einfachen Schlagserien; z.B.: Hoher Aufschlag + Kurzspiel(UH-Clear) + Weitspiel Clear usw.</p>
<p>Sicheres fast automatisiertes Einnehmen von spiel- und schlagbegünstigender Position (ZP) vor einem Schlag</p> <p>Selbständiges Vereinbaren und Einhalten erweiterter, sinnvoller Spiel- sowie Übungs-(weisen) absprachen. Motivierendes Zusprechen für Eigen- und Mit-SuS-leistungen</p> <p>Sinnvolles reflektieren der Eigen- und Mit-SuS-leistungen, Einstellungen und Verhaltensweisen.</p> <p>Häufig zutreffende Ursachenzuschreibung für gelungene und Misslungene Leistung</p>	<p>Bemühen um das Einnehmen von spiel- und schlagbegünstigender Position vor einem Schlag mit regem Erfolg</p> <p>Angeleitetes vereinbaren und reges Einhalten sinnvoller Spiel- sowie Übungs-(weisen) absprachen. Reges, motivierendes Zusprechen für Eigen- und Mit-SuS-leistungen</p> <p>Sinngeleitetes reflektieren der Eigen- und Mit-SuS-leistungen</p> <p>Mäßig zutreffende Ursachenzuschreibung für gelungene und Misslungen Leistung</p>

## 8) Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootsport, Wintersport

5

Unterrichtsvorhaben	Von den ersten Rollversuchen zum Parcours
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"><li>- Xlider als Sportgerät mit seinen Besonderheiten kennen lernen</li><li>- Bewegungsvorstellung vom Xlider fahren entwickeln</li><li>- Verschiedene Antriebs- und Bremstechniken ausprobieren</li><li>- Bewegungserfahrungen mit den Xlidern sammeln</li><li>- Einen Slalom-Parcours erstellen und einüben</li></ul>
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"><li>- Schüler können Abbildungen und Filme als Informationsquellen nutzen, um Bewegungsabläufe zu analysieren und durchzuführen</li><li>- Schüler können Abbildungen als Informationsquelle nutzen, um einfache Übungsformen auszuführen.</li></ul>
Urteilskompetenz	- Schüler können die Qualität des Fahrens durch den Slalom Parcours beurteilen und Beurteilungskriterien aufstellen.

### Jahrgangsspezifische, meist punktuell beobachtete Leistungsaspekte im technischen, im konditionellen, im taktischen oder im gestalterischen Bereich

Klasse 5	<p>Technik: Antreiben, Bremsen, Slalom fahren</p> <p>gut: Schüler beherrscht die Antriebs und Bremstechniken. Fährt fast sicher und flüssig durch den Slalomparcours.</p> <p>ausreichend: Schüler hat noch einige Probleme beim Fahren oder Bremsen. Durchfährt den Parcours nur unrhythmisch und fehlerbehaftet.</p>
----------	---

## 9) Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

6

<p>Unterrichtsvorhaben</p>	<p><b>Spiele zur Schulung des kooperativen Verhaltens und kleine Kämpfe am Boden zu zweit und in der Gruppe</b></p> <p><b>(Literaturtipp: Ringen und Raufen, Auer Verlag)</b></p>
<p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schulung technischer Fertigkeiten (Ringergriff, Drücken, Schieben, Ziehen, Ausweichen, Widerstehen, Ausgangsstellungen) sowie Fähigkeit, normgebundenen mit- und gegeneinander zu kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen des Partners bzw. Gegners einzustellen.</li> <li>• Schulung taktisch-kognitiver Fertigkeiten: Regeln, Fairness, Kooperation, Sicherheitsbewusstsein, Respekt, Strategien des Verteidigens der eigenen Person und Besiegen/Angriff des Gegners, Strategien des Verteidigens und Eroberns von Gegenständen</li> </ul> <p>Beispiele:                  Körperkontakt-/Kooperationsspiele ( Baumstammtransport, Gordischer Knoten, Flussüberquerung, Rübenziehen, Eierlegen, Tentakelfangen)                  Zweikampfspiele (Linienkampf, Handflächenkampf, Kampf am Balken, Eidechsenkampf, Sohlenkampf)                  Kampfspiele/Kampf um Gegenstände (Rutschball, Spinnenfeind, Platzhirsch, Wildpferd zähmen)                  Kleine Kämpfe auf der Matte (Mattensumo, Bärenkampf, Schildkrötenschupsen, Samurai, Haltekönig, König entführen)</p>
<p>Methodenkompetenz</p>	<p>Die SuS können grundlegende Regeln (nicht erlaubt: Schlagen, Boxen, Treten, Schwitzkasten, Würgen, Spucken, Beißen, Kratzen etc./ Erlaubt: Klammern, Festhalten, Wegdrücken, Ringergriff) und Kampfsignale (Stopp-Ruf, Schlag auf den Rücken, Pfiff) sowie Rituale (Begrüßung und Verabschiedung) verbunden mit gefundenen Strategien und Verfahren in Kampfsituationen mit dem Gegner zielgerichtet anwenden.</p> <p>Die SuS können durch kooperatives Verhalten dem Partner beim Erlernen von Techniken zum Erfolg verhelfen.</p>
<p>Urteilskompetenz</p>	<p>Die SuS können einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln (z.B. anhand eines Beobachtungsbogens) bewerten.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wurde fair gekämpft?</li> <li>• Wurde auf Begrüßung/Verabschiedung geachtet?</li> <li>• Wie lässt sich ein Gegenstand am geschicktesten verteidigen?</li> <li>• Wie kann man einen Gegenstand am einfachsten erkämpfen?</li> <li>• Mit welcher Technik lässt sich der Gegner am besten (aus den unterschiedliche Ausgangspositionen und unter den unterschiedlichen Aufgabenstellungen) besiegen?</li> </ul>

### Jahgangsspezifische, meist punktuell beobachtete Leistungsaspekte im technischen, im konditionellen, im taktischen oder im gestalterischem Bereich

<p>Klasse 6</p>	<p>Taktisch-kognitiver Bereich: Mattensumo</p> <p>gut: Schüler kann regelgerecht und fair einen Zweikampf ausführen und dabei auf Strategien des Angriffs und der Verteidigung zurückgreifen.</p> <p>ausreichend: Schüler kann eingeschränkt regelgerecht und fair einen Zweikampf ausführen und dabei teilweise auf Strategien des Angriffs und der Verteidigung zurückgreifen.</p>
-----------------	--