

## Schulinternes Curriculum des Faches Sport

Die Fachschaft Sport hat für alle Jahrgangsstufen (5 – 10) sowie für alle Bewegungsfelder und Sportbereiche Unterrichtsvorhaben (UV) entwickelt, die einen kontinuierlichen und vertieften Aufbau von Bewegungs- und Wahrnehmungs-, Methoden- und Urteilskompetenz vor dem Hintergrund inhaltlicher Schwerpunkte aus den Inhaltsfeldern ermöglichen.

Die unterschiedlichen Farben markieren die einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche, die dem jeweiligen UV zu Grunde liegen:

1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen
2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen
3. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik
4. Bewegen im Wasser – Schwimmen
5. Bewegen an Geräten – Turnen
6. Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste
7. Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele
8. Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport
9. Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

## Bewegungsfeld 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

---

Jgst.	Inhalte / Themen / Unterrichtsvorhaben	Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
5/6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Kleine Lauf- und Staffelspiele</b></li> <li>• <b>Allgemeines funktionsgerechtes Aufwärmen</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die SuS zeigen ihre Leistungsfähigkeit gemäß der individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, leistungs- und Kooperationsformen und beschreiben diese.</li> <li>- Unter Anleitung sachgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an Körperreaktionen wahrnehmen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die SuS wenden allgemeine Aufwärmprinzipien allein und in der Gruppe an.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die SuS schätzen ihre Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen ein und beurteilen diese anhand vorgegebener Kriterien</li> </ul>
7/8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten</b></li> <li>• <b>Fitness: Grundprinzipien des Trainings sowie Entspannungstechniken</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sich selbstständig funktional – allgemein und in Ansätzen sportartspezifisch aufwärmen und entsprechende Prozesse grundlegend planen sowie dabei die Intensität des Prozesses an den Körperreaktionen wahrnehmen und steuern.</li> <li>- Ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u.a. Anstrengungsbereitschaft,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elemente eines Aufwärmprozesses (z.B. Kräftigungs- und/oder Dehnübungen) nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten.</li> <li>- Grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.</li> <li>- Gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale grundlegend beurteilen.</li> </ul>

	<b>kennen und anwenden können</b>	<p>Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen unter Anleitung weiterentwickeln und dies in einfachen sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eine komplexere Entspannungstechnik (z. B. progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Yoga) unter Anleitung ausführen und deren Funktion, Aufbau und Wirkung beschreiben.</li> </ul>	<p>unter gesundheitlichen Gesichtspunkten in Ansätzen beschreiben.</p>	
9/10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Eigenverantwortliches Aufwärmen: Wie bereite ich mich gezielt für spezifische Sportarten vor?</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen.</li> <li>- Ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ein Aufwärmprogramm nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten.</li> <li>- Grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung der Leistungsfaktoren (u. a. der</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen beurteilen.</li> <li>- Gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen.</li> <li>- Bewegungsbezogene Klischees (u. a.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Fit in Form: mein täglicher Workout mit Musik</b></li> </ul>	<p>komplexeren sport-bezogenen Anforderungssituationen zeigen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Unterschiedliche Entspannungstechniken (z. B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben.</li> <li>- Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/ Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen – auch in der Gruppe – auf erweitertem Niveau anwenden und zielgerichtet variieren.</li> <li>- Ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsabsichten, -aufgaben und -anlässen eigene Kompositionen (z.B. Fitnesschoreografien in der Gruppe, tänzerische</li> </ul>	<p>Ausdauer) entwerfen und umsetzen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ihr ästhetisch-gestalterisches Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Bereichen (z. B. Schulsport, Hobbys, Trends der Jugendkultur, ...) für eine Präsentation (z. B. auch Schulaufführung) nutzen.</li> </ul>	<p>Geschlechterrollen) beim Gestalten, Tanzen, Darstellen kritisch bewerten und beurteilen.</p>
--	--	---	---	---

	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Individuelle SuS-Interessen und Expertenwissen der Schülerinnen und Schüler einbeziehen</b></li><li>• <b>Organisation und Durchführung eines schulinternen Sportturniers</b></li></ul>	Gruppengestaltung) entwickeln, umsetzen und präsentieren.		
--	---	---	--	--

## Bewegungsfeld 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

---

Jgst.	Inhalte / Themen / Unterrichtsvorhaben	Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
5/6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Einfache Spiele spielen und variieren lernen</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die SuS wenden in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in ihrer Grobform an und benennen diese.</li> <li>- Die SuS verhalten sich in einfachen Handlungs- und Spielsituationen gegenüber Mitspieler/innen und Gegner/innen fair und taktisch angemessen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die SuS erkennen grundlegende Spielregeln und erkennen ihre Funktionen.</li> <li>- Die SuS wenden spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen an</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die SuS beurteilen einfache Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien.</li> </ul>
7/8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Grundideen und Strukturen verschiedener Spiele analysieren, vergleichen und verändern</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausgewählte spielübergreifende technisch koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiterentwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden.</li> <li>- In unterschiedlichen Spielen nach vorgegebenen Kriterien mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausgewählte Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) –auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele grundlegend beurteilen.</li> </ul>

9/10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Spiele aus anderen Kulturen spielen und verstehen am Beispiel Flagfootball</b></li> <li>• <b>Kriteriengeleitete Spielformen entwickeln und erproben unter besonderer Berücksichtigung taktischer Verhaltensweisen</b></li> <li>• <b>Individuelle SuS-Interessen und Expertenwissen der Schülerinnen und Schüler einbeziehen</b></li> <li>• <b>Organisation und Durchführung eines schulinternen Sportturniers</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Komplexere spielübergreifende technischkoordinative Fertigkeiten sowie taktischkognitive Fähigkeiten weiterentwickeln und situationsgerecht in Spielen anwenden.</li> <li>- In unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Komplexe Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u.a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spiele – auch aus anderen Kulturen oder dem Behindertensport – hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen. Heterogenitätsdimensionen (körperliche Voraussetzungen, Geschlecht, Leistungsunterschiede, soziokulturelle Hintergründe) erkennen und beurteilen.</li> </ul>

## Bewegungsfeld 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Jgst.	Inhalte / Themen / Unterrichtsvorhaben	Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
5/6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Grundlegende leichtathletische Disziplinen kennenlernen – Vorbereitung auf Sportfest</b></li> <li>• <b>Springen in seiner Vielfalt anwenden</b></li> <li>• <b>Ohne Unterbrechung ausdauernd Laufen können</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die SuS führen leichtathletische Disziplinen auf grundlegendem Fertigniveau individuell oder teamorientiert aus und führen einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durch.</li> <li>- Die SuS führen grundlegende technisch koordinative Fertigkeiten (Sprung) aus und wenden diese in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichem Material an.</li> <li>- Die SuS bewältigen eine Ausdauerleistung (10 min) gesundheitsorientiert ohne Unterbrechung.</li> <li>- Die SuS zeigen ihre Leistungsfähigkeit gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die SuS nutzen Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht und wenden grundlegende leichtathletische Messverfahren an.</li> <li>- Die SuS wenden grundlegende leichtathletische Messverfahren an.</li> <li>- Die SuS wenden grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht an.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die SuS schätzen ihre Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen ein und beurteilen diese anhand vorgegebener Kriterien.</li> <li>- Die SuS schätzen ihre Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen ein und beurteilen diese anhand vorgegebener Kriterien und beurteilen ihre individuelle Gestaltung des Lauftempo bei einer Ausdauerleistung anhand wahrgenommener Körperreaktionen.</li> </ul>



		Leistungsformen und beschreiben diese.		
7/8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Fitness: Grundprinzipien des Trainings sowie Entspannungstechniken kennen und anwenden können</b></li> <li>• <b>Fit und gesund: Ausdauerndes Laufen systematisch verbessern</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u.a. Anstrengungs-bereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen unter Anleitung weiterentwickeln und dies in einfachen sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen.</li> <li>- Eine komplexere Entspannungstechnik (z. B. progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Yoga) unter Anleitung ausführen und deren Funktion, Aufbau und Wirkung beschreiben.</li> <li>- Technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) leichtathletischer Disziplinen ausführen und erläutern sowie für das Aufwärmen nutzen. leichtathletische Disziplinen (u. a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten in Ansätzen beschreiben.</li> <li>- Unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale grundlegend beurteilen.</li> <li>- Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Leistung relativ: individuelle Voraussetzungen in Wettkampfsituationen gerecht werden und Bewegungsanalyse mit dem I-Pad am Beispiel Hochsprung</b></li> </ul>	<p>grundlegendem Fertigkeiteniveau individuell und teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 20 Min.) gesundheitsorientiert ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit –erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben einen leichtathletischen Mehrkampf unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen und unter Berücksichtigung von Interessens- und Leistungsunterschieden variieren.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sich mit Partnerinnen und Partnern absprechen und gemeinsame Lösungen von komplexeren Gestaltungsaufgaben entwerfen, beschreiben und präsentieren.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen.</li> </ul>
9/10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Das habe ich noch nie gemacht: Hürdenlauf / Kugelstoßen als neue Herausforderung annehmen</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeiteniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leichtathletische Wettkampfgeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Einen Orientierungslauf im Gelände planen und durchführen</b></li>   <li>• <b>Individuelle SuS-Interessen und Expertenwissen der Schülerinnen und Schüler einbeziehen</b></li> <li>• <b>Organisation und Durchführung eines schulinternen Sportturniers</b></li> </ul>	<p>Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen.</li>   <li>- Beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 30 Min.) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben.</li>   <li>- Einen weiteren leichtathletischen Wettkampf (z.B. Mehrkampf Biathlon, Triathlon, Orientierungslauf, Spielfest) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und angemessenen Wettkampfverhaltens vorbereiten und durchführen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch) erfassen.</li> </ul>	
--	--	---	---	--

## Bewegungsfeld 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen

---

Jgst.	Inhalte / Themen / Unterrichtsvorhaben	Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
5/6	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Die Erlebniswelt Wasser entdecken: In Bauch- und Rückenlage Schwimmen können.</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Die SuS führen eine Schwimmtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und einfacher Form der Wende auf technisch koordinativ grundlegendem Niveau aus.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Die SuS halten einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen ein.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Die SuS beurteilen Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten.</li></ul>

## Bewegungsfeld 5: Bewegen an Geräten – Turnen

---

Jgst.	Inhalte / Themen / Unterrichtsvorhaben	Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
5/6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten spielerisch erfahren und Geräte sachgerecht auf- und abbauen können.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten</li> <li>- technisch-koordinative und ästhetisch gestalterische Grundanforderungen (z.B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben.</li> <li>- Elementare Bewegungsformen und grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Hang- und Stützgeräte) ausführen.</li> <li>- Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen fließend verbinden und an einer Gerätebahn in der Grobform turnen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Turngeräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen.</li> <li>- In turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benenn und anwenden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten.</li> </ul>

7/8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Akrobatische Kunststücke: eine Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren und bewerten</b></li> <li>• <b>Grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Partner- oder Gruppenkür nutzen</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Reck, Stufen- oder Parallelbarren) ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren.</li> <li>- Gemeinsam (z.B. synchron) eine turnerische Bewältigung von Gerätebahnen und Gerätekombinationen realisieren.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbständig organisieren und kooperativ durchführen.</li> <li>- Grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen beschreiben und situationsangemessen anwenden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungssituationen und Bewegungsarrangements im Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen. Geräteaufbauten unter Sicherheitsaspekten beurteilen.</li> </ul>
9/10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Le Parkour: Hindernisse kreativ, schnell und sicher Überwinden</b></li> <li>• <b>Das Springen neu entdecken: Einen Sprungparcours unter Einbezug des Minitrampolins gestalten und erproben</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- An Turngeräten oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf der Basis individueller Fähigkeiten normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden.</li> <li>- Eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert unter Berücksichtigung der individuellen Fähigkeiten und Leistungsmöglichkeiten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- In Gruppen selbständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen.</li> <li>- Zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen.</li> <li>- Die eigene Leistung und die Leistung anderer in Lern-Übungs- und Gestaltungsprozessen nach vereinbarten Kriterien einschätzen sowie eine Präsentation bewerten.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Individuelle SuS-Interessen und Expertenwissen der Schülerinnen und Schüler einbeziehen</b></li><li>• <b>Organisation und Durchführung eines schulinternen Sportturniers</b></li></ul>	<p>entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- An ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.</li></ul>		
--	---	--	--	--

## Bewegungsfeld 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Jgst.	Inhalte / Themen / Unterrichtsvorhaben	Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
5/6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Einfache technisch-koordinative Grundlagen tänzerischer Bewegungen kennenlernen</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät z.B. Ball, Reifen, Seil bzw. mit Klang- oder Rhythmusinstrumenten ausführen und grundlegend beschreiben.</li> <li>- Mit ungewöhnlichen Materialien (z.B. Alltagsobjekte) experimentieren und ausgewählte Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens auf andere Objekte übertragen.</li> <li>- Grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/ Musik und Partnerin/Partner) wahrnehmen und in</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen.</li> <li>- Einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien z.B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen entwickeln und präsentieren.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten.</li> </ul>



		<p>Bewegungsgestaltungen (z.B. Gymnastik, Tanz, Pantomime) allein oder in der Gruppe in Ansätzen anwenden.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundlegende Elemente der Bewegungskünste (z.B. Jonglieren, Bewegungstheater, Schwarzlicht- oder Schattentheater) allein oder mit Partnerinnen/Partnern ausführen.</li> </ul>		
7/8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gymnastik mit Handgerät: Rope Skipping</b></li> <li>• <b>Hip Hop / Break-Dance und Co: Gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens ausführen, kombinieren und als Ausgangspunkt für Bewegungsgestaltungen nutzen.</li> <li>- Objekte und Materialien für das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln auswählen und variieren.</li> <li>- Ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sich mit Partnerinnen und Partnern absprechen und gemeinsame Lösungen von komplexeren Gestaltungsaufgaben entwerfen, beschreiben und präsentieren.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Akrobatische Kunststücke: eine Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren und bewerten</b></li> <li>• <b>Grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die</b></li> </ul>	<p>Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/ Musik und Partnerin/Partner) in Bewegungsgestaltungen – auch in der Gruppe – anwenden und variieren.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungskünste (z. B. Jonglieren, Bewegungstheater, Schwarzlicht- oder Schattentheater) allein und in der Gruppe ausführen.</li> <li>- Bewegungsgestaltungen (z.B. Paar- oder Gruppentänze, Fitnesschoreografien) in rhythmischen Strukturen zu Musik – auch in der Gruppe - umsetzen und präsentieren.</li> <li>- Grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Reck, Stufen- oder Parallelbarren) ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren</li> <li>- Gemeinsam (z.B. synchron) eine turnerische Bewältigung von Gerätebahnen und</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbständig organisieren und kooperativ durchführen</li> <li>- Grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen beschreiben und</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungssituationen und Bewegungsarrangements im Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen. Geräteaufbauten unter Sicherheitsaspekten beurteilen.</li> </ul>
--	---	--	---	--

	<b>Gestaltung einer Partner- oder Gruppenkür nutzen</b>	Gerätekombinationen realisieren.	situationsangemessen anwenden.	
9/10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Das Springen neu entdecken: Einen Sprungparcours unter Einbezug des Minitrampolins gestalten und erproben</b></li> <li>• <b>(Step)-Aerobic: Eine in Gruppen erarbeitete Choreografie präsentieren und bewerten</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert unter Berücksichtigung der individuellen Fähigkeiten und Leistungsmöglichkeiten entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen.</li> <li>- An ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.</li> <li>- Ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern</li> <li>- Ihr ästhetisch-gestalterisches Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Bereichen (z. B. Schulsport, Hobbys, Trends der Jugendkultur, ...) für eine Präsentation (z.B.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die eigene Leistung und die Leistung anderer in Lern- Übungs- und Gestaltungsprozessen nach vereinbarten Kriterien einschätzen sowie eine Präsentation bewerten.</li> <li>- Bewegungsbezogene Klischees (u.a. Geschlechterrollen) beim Gestalten, Tanzen, Darstellen kritisch bewerten und beurteilen.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Fit in Form: mein täglicher Workout mit Musik</b></li>   <li>• <b>Individuelle SuS-Interessen und Expertenwissen der Schülerinnen und Schüler einbeziehen</b></li> <li>• <b>Organisation und Durchführung eines schulinternen Sportturniers</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Objekte und Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren.</li>   <li>- Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/ Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen – auch in der Gruppe – auf erweitertem Niveau anwenden und zielgerichtet variieren.</li>   <li>- Ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsabsichten, -aufgaben und -anlässen eigene Kompositionen (z.B. Fitnesschoreografien in der Gruppe, tänzerische Gruppengestaltung) entwickeln, umsetzen und präsentieren.</li> </ul>	<p>auch Schulaufführung) nutzen.</p>	
--	--	--	--------------------------------------	--

## Bewegungsfeld 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Jgst.	Inhalte / Themen / Unterrichtsvorhaben	Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
5/6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Im Team mit- und gegeneinander spielen (Basketball)</b></li> <li>• <b>Grundlagen für das Pausenhofspiel Tischtennis</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- In ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen.</li> <li>- Sich in Spielsituationen gegenüber Mitspieler/innen und Gegner/innen fair verhalten und mannschaftsdienlich spielen.</li> <li>- Sich in einfachen Handlungs-/ Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.</li> <li>- <b>Ein</b> großes Mannschaftsspiel in vereinfachter Form fair mit- und gegeneinander spielen. <b>Ein</b> Partnerspiel in vereinfachter Form regelgerecht, fair mit- und gegeneinander spielen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden.</li> <li>- Einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und umsetzen.</li> <li>- Grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktionen benennen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten an Hand vorgegebener Kriterien grundlegend beurteilen.</li> <li>- Einfache Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen.</li> </ul>

7/8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Grundideen und Strukturen verschiedener Spiele analysieren, vergleichen und verändern</b></li>   <li>• <b>Im Team mit- und gegeneinander spielen (Volleyball)</b></li>   <li>• <b>Vom Federball zum Badminton: Vom Miteinander zum Gegeneinander</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausgewählte spielübergreifende technisch koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiterentwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden.</li>   <li>- In unterschiedlichen Spielen nach vorgegebenen Kriterien mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln.</li>   <li>- In Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen.</li>   <li>- Konflikte mit Mit- und Gegenspielern/innen in Spielsituationen selbstständig lösen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausgewählte Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) –auch außerhalb der Sporthalle –initiiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern.</li>   <li>- Grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und vereinbaren und die folgender Regelveränderungen erläutern.</li>   <li>- Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele grundlegend beurteilen.</li>   <li>- Verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen.</li> </ul>
-----	---	---	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sich in komplexen Handlungs-/ Spielsituationen taktisch angemessen verhalten. Das ausgewählte große Sportspiel fair, mannschaftsdienlich und regelgerecht spielen.</li> </ul>		
9/10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Spiele aus anderen Kulturen spielen und verstehen am Beispiel Flagfootball</b></li> <li>• <b>Kriteriengeleitete Spielformen entwickeln und erproben unter besonderer Berücksichtigung taktischer Verhaltensweisen</b></li> <li>• <b>Das Runde muss mit Schläger ins Eckige: Die Hockeyvariation Floorball</b></li> <li>• <b>Ich will gewinnen: Sich im Partnerspiel Badminton und im Mannschaftsspiel Basketball fair, aber</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Komplexere spielübergreifende technischkoordinative Fertigkeiten sowie taktischkognitive Fähigkeiten weiterentwickeln und situationsgerecht in Spielen anwenden.</li> <li>- In unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln.</li> <li>- Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund selbstständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen.</li> <li>- Komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Komplexe Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u.a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern.</li> <li>- Darstellungen (z.B. Graphik, Foto, Film) von Spielsituationen erläutern und umsetzen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spiele – auch aus anderen Kulturen oder dem Behindertensport – hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen. Heterogenitätsdimensionen (körperliche Voraussetzungen, Geschlecht, Leistungsunterschiede, soziokulturelle Hintergründe) erkennen und beurteilen.</li> <li>- Die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen.</li> </ul>

	<p><b>wettkampforientiert verhalten – Festigen technischer Grundfertigkeiten und Anwendung taktischer Verhaltensweisen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Individuelle SuS- Interessen und Expertenwissen der Schülerinnen und Schüler einbeziehen</b></li> <li>• <b>Organisation und Durchführung eines schulinternen Sportturniers</b></li> </ul>	<p>erläutern und Korrekturhilfen geben.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Merkmale fairen Spielens reflektieren und erläutern sowie sich aktiv für faire Spielprozesse einsetzen.</li> <li>- Taktisches Verhalten in Handlungs-/Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern.</li> <li>- Das ausgewählte große Sportspiel auf fortgeschrittenem Niveau spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen.</li> <li>- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.</li> </ul>
--	--	---	---	--



## Bewegungsfeld 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport

Jgst.	Inhalte / Themen / Unterrichtsvorhaben	Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
5/6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gleiten, fahren Rollen: Kooperation mit „Slide-Cologne“ angestrebt</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät sicher fortbewegen, sowie die Fahrtrichtung ändern, ausweichen und bremsen. Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen.</li> <li>- Bewegungsabläufe beim Gleiten/Fahren/Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gefahrenmomente beim Gleiten oder Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen.</li> </ul>
7/8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gleiten, Fahren, Rollen: ggf. Unterrichtsgang in eine Eislaufhalle</b></li> <li>• <b>Gleiten, Fahren, Rollen: Skifahrt</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Komplexere Bewegungsabläufe des ausgewählten Schwerpunktes beim Gleiten oder Fahren oder Rollen kontrollieren und eine vorgegebene Strecke/Parcours schnell oder ausdauernd bewältigen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gefahrensituationen in ausgewählten Lern- und Übungsprozessen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen erkennen, benennen und vereinbarte Sicherheits- und</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Anforderungen zur Bewältigung von Gleit- Fahr- oder Rollsituationen einschätzen und den Schwierigkeitsgrad beurteilen.</li> </ul>

			Organisationsmaßnahmen einhalten.	
9/10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gleiten, Fahren, Rollen: ggf. Unterrichtsgang in eine Skihalle</b></li> <li>• <b>Individuelle SuS-Interessen und Expertenwissen der Schülerinnen und Schüler einbeziehen</b></li> <li>• <b>Organisation und Durchführung eines schulinternen Sportturniers</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Berücksichtigung der Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale nach vorgegebenen Kriterien erläutern.</li> <li>- Technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheitsgerecht und Gelände angepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben sowie Möglichkeiten der Bewegungshilfe und -sicherung erläutern.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen, Ruderkommandos, Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen.</li> <li>- Sinnzusammenhänge beim Gleiten oder Fahren oder Rollen in (z. B. als Freizeit und Naturerlebnis, als Gruppenerlebnis, als Bewegungsgestaltung sowie unter Leistungs- bzw. Wagnisaspekten) unterscheiden und beurteilen.</li> </ul>

## Bewegungsfeld 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

Jgst.	Inhalte / Themen / Unterrichtsvorhaben	Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
5/6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Spiele zur Schulung des kooperativen Verhaltens und kleine Kämpfe am Boden zu Zweit und in der Gruppe</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen.</li> <li>- Sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und Verantwortung für sich und die Partnerin/den Partner übernehmen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundlegende Regeln entwickeln, in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden.</li> <li>- Durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von grundlegenden Techniken zum Erfolg verhelfen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten.</li> <li>- Die Chancengleichheit von Kampfpaarungen in Kampfsituationen beurteilen.</li> </ul>
7/8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Eigenverantwortliche Erarbeitung von Ringkämpfen in möglichst fairen Leistungsgruppen</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Normgebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen (z. B. bei grundlegend Wurf-, Fall- und Bodenkampftechniken) von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen.</li> <li>- Körperlich bedingte Vor- und Nachteile erkennen,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundlegende Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden.</li> <li>- Durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von komplexen Techniken zum Erfolg verhelfen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Komplexe Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten.</li> </ul>

		benennen und Nachteilsausgleiche entwickeln und umsetzen.		
9/10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Erlernen grundlegender Techniken des Standkampfes – kooperatives Erarbeiten von Werfen und Fallen</b></li> <li>• <b>Individuelle SuS-Interessen und Expertenwissen der Schülerinnen und Schüler einbeziehen</b></li> <li>• <b>Organisation und Durchführung eines schulinternen Sportturniers</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (z. B. Techniken zum Fallen, Halten und Befreien) und taktischkognitive Fähigkeiten (z. B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und grundlegend in ihrer Funktion erläutern.</li> <li>- Mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten.</li> <li>- Kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen nach vereinbarten Kriterien beurteilen.</li> <li>- Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen.</li> </ul>