

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

FACH: Sport

Die Fachschaft Sport hat für alle Jahrgangsstufen 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.	Ringern und Kämpfen - Zweikampfsport

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

Jg.	Inhalte / Themen / Unterrichtsvorhaben	Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	Methodenkompetenz	Urteilskompetenz
5/6	<ul style="list-style-type: none"> • Kleine Lauf- und Staffelspiele (Bewegungsfeld 1) • Grundlegende leichtathletische Disziplinen kennenlernen – Vorbereitung auf Sportfest (Bewegungsfeld 3) • Allgemeines, funktionsgerechtes Aufwärmen (Bewegungsfeld 1) 	<p>Die SuS zeigen ihre Leistungsfähigkeit gemäß der individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, leistungs- und Kooperationsformen und beschreiben diese.</p> <p>Die SuS führen leichtathletische Disziplinen auf grundlegendem Fertigniveau individuell oder teamorientiert aus und führen einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durch.</p> <p>Unter Anleitung sachgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an Körperreaktionen wahrnehmen</p> <p>Die SuS wenden in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in ihrer Grobform an und benennen diese.</p> <p>Die SuS verhalten sich in einfachen Handlungs- und Spielsituationen gegenüber Mitspieler/innen und Gegner/innen fair und taktisch angemessen.</p> <p>Die SuS führen grundlegende technisch koordinative Fertigkeiten(Sprung) aus und wenden diese in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichem Material an.</p> <p>Die SuS bewältigen eine Ausdauerleistung (10 min) gesundheitsorientiert ohne Unterbrechung.</p> <p>Die SuS zeigen ihre Leistungsfähigkeit gemäß den</p>	<p>Die SuS nutzen Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht und wenden grundlegende leichtathletische Messverfahren an.</p> <p>Die SuS wenden allg. Aufwärmprinzipien allein und in der Gruppe an</p> <p>Die SuS erkennen grundlegende Spielregeln und erkennen ihre Funktionen.</p>	<p>Die SuS schätzen ihre Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen ein und beurteilen diese anhand vorgegebener Kriterien</p> <p>Die SuS schätzen ihre Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen ein und beurteilen diese anhand vorgegebener Kriterien</p> <p>Die SuS beurteilen einfach Spielsituationen anhand ausgewählter</p>
5/6				

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

5/6	<ul style="list-style-type: none"> • Einfache Spiele spielen und variieren lernen <i>(Bewegungsfeld 2)</i> • Springen in seiner Vielfalt anwenden <i>(Bewegungsfeld 3)</i> • Ohne Unterbrechung ausdauernd Laufen können <i>(Bewegungsfeld 3)</i> 	<p>individuellen Leistungsvoraussetzungen in Leistungsformen und beschreiben diese.</p> <p>Die SuS führen eine Schwimmtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und einfacher Form der Wende auf technisch koordinativ grundlegendem Niveau aus. eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten technisch-koordinative und ästhetisch gestalterische Grundanforderungen (z. B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben.</p> <p>elementare Bewegungsformen und grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Hang- und Stützgeräte) ausführen.</p> <p>Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen fließend verbinden und an einer Gerätebahn in der Grobform turnen.</p> <p>technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät z. B. Ball, Reifen, Seil bzw. mit Klang- oder Rhythmusinstrumenten ausführen und grundlegend beschreiben.</p> <p>mit ungewöhnlichen Materialien (z. B. Alltagsobjekte) experimentieren und ausgewählte Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens auf andere</p>	<p>Die SuS wenden spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen an</p> <p>Die SuS wenden grundlegende leichtathletische Messverfahren an</p> <p>Die SuS wenden grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht an.</p> <p>Die SuS halten einen</p>	<p>Kriterien.</p> <p>Die SuS schätzen ihre Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen ein und beurteilen diese anhand vorgegebener Kriterien</p> <p>Die SuS schätzen ihre Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen ein und beurteilen diese anhand vorgegebener Kriterien und beurteilen ihre individuelle Gestaltung des Lauftempos bei einer</p>
-----	---	--	--	--

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

5/6	<ul style="list-style-type: none"> • Die Erlebniswelt Wasser entdecken: In Bauch- und Rückenlage Schwimmen können <i>(Bewegungsfeld 4)</i> • Grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten spielerisch erfahren und Geräte sachgerecht auf- und abbauen können <i>(Bewegungsfeld 5)</i> 	<p>Objekte übertragen.</p> <p>grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/ Partner) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (z. B. Gymnastik, Tanz, Pantomime) allein oder in der Gruppe in Ansätzen anwenden.</p> <p>grundlegende Elemente der Bewegungskünste (z. B. Jonglieren, Bewegungstheater, Schwarzlicht- oder Schattentheater) allein oder mit Partnerinnen/ Partnern ausführen.</p> <p>in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen.</p> <p>sich in Spielsituationen gegenüber Mitspieler/innen und Gegner/innen fair verhalten und mannschaftsdienlich spielen.</p> <p>sich in einfachen Handlungs-/ Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.</p> <p>ein großes Mannschaftsspiel in vereinfachter Form fair mit- und gegeneinander spielen.</p> <p>ein Partnerspiel in vereinfachter Form regelgerecht, fair mit- und gegeneinander spielen.</p>	<p>schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen ein.</p> <p>Turnergeräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen.</p> <p>in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden.</p>	<p>Ausdauerleistung anhand wahrgenommener Körperreaktionen.</p> <p>Die Sus beurteilen Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten.</p> <p>turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten.</p>
-----	--	---	---	--

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

<p>5/6</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Einfache technisch-koordinative Grundlagen tänzerischer Bewegungen kennenlernen (Bewegungsfeld 6) 	<p>normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen.</p> <p>sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und Verantwortung für sich und die Partnerin/den Partner übernehmen.</p> <p>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.</p> <p>Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen.</p>	<p>durch zielgerichtete Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen.</p> <p>einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z. B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen entwickeln und präsentieren.</p>	<p>einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten.</p>
------------	--	---	--	---

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

<p>5/6</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Im Team mit- und gegeneinander spielen (Basketball) (Bewegungsfeld 7) • Grundlagen für das Pausenhofspiel 		<p>spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden.</p> <p>einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und umsetzen.</p> <p>grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktionen benennen.</p>	<p>die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten an Hand vorgegebener Kriterien grundlegend beurteilen.</p> <p>einfache Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen.</p>
------------	--	--	---	--

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

	<ul style="list-style-type: none">• Gleiten, Fahren, Rollen: Kooperation mit „Slide- Cologne“ angestrebt <i>(Bewegungsfeld 8)</i> • Individuelle SuS-Interessen und Expertenwissen der Schülerinnen und Schüler einbeziehen <i>(alle Bewegungsfelder)</i>			
--	--	--	--	--

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

<p>7/8</p>	<ul style="list-style-type: none"> <p>Sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten (Bewegungsfeld 1)</p> <p>Fitness: Grundprinzipien des Trainings sowie Entspannungstechniken kennen und anwenden können</p> 	<p>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.</p> <p>ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen unter Anleitung weiterentwickeln und dies in einfachen sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen.</p> <p>eine komplexere Entspannungstechnik (z. B. progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Yoga) unter Anleitung ausführen und deren Funktion, Aufbau und Wirkung beschreiben.</p> <p>ausgewählte spielübergreifende technisch koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden.</p> <p>in unterschiedlichen Spielen nach vorgegebenen Kriterien mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln</p>	<p>Elemente eines Aufwärmprozesses (z. B. Kräftigungs- und/oder Dehnübungen,) nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten.</p> <p>grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten in Ansätzen beschreiben.</p>	<p>ihre individuelle Leitungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.</p> <p>gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale grundlegend beurteilen.</p>
------------	--	--	--	---

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

<p>7/8</p>	<p>(Bewegungsfeld 1 und 3)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundideen und Strukturen verschiedener Spiele analysieren, vergleichen und verändern <p>(Bewegungsfeld 2 und 7)</p>	<p>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 grundlegendem Fertigkeitensniveau individuell und teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen.</p> <p>beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 20 Minuten) gesundheitsorientiert ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit –erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem</p> <p>Laufen beschreiben einen leichtathletischen Mehrkampf unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen und unter Berücksichtigung von Interessens- und Leistungsunterschieden variieren.</p> <p>ausgewählte Grundtechniken ästhetischgestalterischen Bewegens ausführen, kombinieren und als Ausgangspunkt für</p>	<p>ausgewählte Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern.</p> <p>unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren.</p>	<p>Spiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele grundlegend beurteilen.</p> <p>die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen.</p>
------------	--	---	---	--

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

<p>7/8</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fit und gesund: Ausdauerndes Laufen systematisch verbessern (Bewegungsfeld 3) • Leistung relativ: individuelle Voraussetzung en in Wettkampfsituationen gerecht werden und Bewegungsanalyse mit dem I-Pad am Beispiel Hochsprung (Bewegungsfeld 3) 	<p>Bewegungsgestaltungen nutzen.</p> <p>Objekte und Materialien für das ästhetischgestalterische Bewegungshandeln auswählen und variieren.</p> <p>ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/ Musik und Partnerin/Partner) in Bewegungsgestaltungen – auch in der Gruppe – anwenden und variieren.</p> <p>Bewegungskünste (z. B. Jonglieren, Bewegungstheater, Schwarzlicht- oder Schattentheater) allein und in der Gruppe ausführen.</p> <p>Bewegungsgestaltungen (z. B. Paar- oder Gruppentänze, Fitnesschoreografien) in rhythmischen Strukturen zu Musik – auch in der Gruppe - umsetzen und präsentieren.</p> <p>grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Reck, Stufen- oder Parallelbarren) ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren</p>	<p>sich mit Partnerinnen und Partnern absprechen und gemeinsame Lösungen von komplexeren Gestaltungsaufgaben entwerfen, beschreiben und präsentieren.</p>	<p>die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen.</p>
------------	---	---	---	--

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

<p>7/8</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gymnastik mit Handgerät: Rope Skipping (Bewegungsfeld 6) • Hip Hop / Break-Dance und Co: Gemeinsam 	<p>gemeinsam (z. B. synchron) eine turnerische Bewältigung von Gerätebahnen und Gerätekombinationen realisieren.</p> <p>in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen.</p> <p>Konflikte mit Mit- und Gegenspielern/innen in Spielsituationen selbstständig lösen.</p> <p>sich in komplexen Handlungs/ Spielsituationen taktisch angemessen verhalten. das ausgewählte große Sportspiel fair, mannschaftsdienlich und regelgerecht spielen.</p> <p>komplexere Bewegungsabläufe des ausgewählten Schwerpunktes beim Gleiten oder Fahren oder Rollen kontrollieren und eine vorgegebene Strecke/Parcours schnell oder ausdauernd bewältigen.</p> <p>normgebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen (z. B. bei grundlegend Wurf-, Fall- und Bodenkampftechniken) von Partnerin</p>	<p>den Aufbau von Geräten</p>	<p>Bewegungssituationen und</p>
------------	---	---	-------------------------------	---------------------------------

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

7/8	<p>Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen <i>(Bewegungsfeld 6)</i></p>	<p>oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen. körperlich bedingte Vor- und Nachteile erkennen, benennen und Nachteilsausgleiche entwickeln und umsetzen.</p>	<p>und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbständig organisieren und kooperativ durchführen</p> <p>grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen beschreiben und situationsangemessen anwenden.</p> <p>grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und vereinbaren und die Folgender Regelveränderungen erläutern.</p> <p>Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln</p>	<p>Bewegungsarrangements im Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen. Geräteaufbauten unter Sicherheitsaspekten beurteilen.</p> <p>verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen.</p>
-----	--	--	--	--

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

<p>7/8</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Akrobatische Kunststücke: eine Gruppengestaltung erarbeiten, präsentieren und bewerten <i>(Bewegungsfeld 5 und 6)</i> • Grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Partner- oder Gruppenkür nutzen <i>(Bewegungsfeld 5 und 6)</i> • Im Team mit- und 		<p>übernehmen.</p> <p>Gefahrensituationen in ausgewählten Lern- und Übungsprozessen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen erkennen, benennen und vereinbarte Sicherheits- und Organisationsmaßnahmen einhalten.</p> <p>grundlegende Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden.</p> <p>durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von komplexen</p>	<p>die Anforderungen zur Bewältigung von Gleit- Fahr- oder Rollsituationen einschätzen und den Schwierigkeitsgrad beurteilen.</p> <p>komplexe Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten.</p>
------------	---	--	---	---

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

	<p>gegeneinander spielen (Volleyball) (Bewegungsfeld 7)</p> <ul style="list-style-type: none">• Vom Federball zum Badminton: Vom Miteinander zum Gegeneinander (Bewegungsfeld 7)• Gleiten, Fahren, Rollen: ggf. Unterrichtsga		<p>Techniken zum Erfolg verhelfen.</p>	
--	---	--	--	--

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

	<p>ng in eine Eislaufhalle <i>(Bewegungsfeld 8)</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Gleiten, Fahren, Rollen: Skifahrt <i>(Bewegungsfeld 8)</i> <ul style="list-style-type: none">• Eigenverantwo rtliche Erarbeitung von Ringkämpfen in möglichst fairen Leistungsgrup pen <i>(Bewegungsfeld 9)</i>			
--	--	--	--	--

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

	<ul style="list-style-type: none"> • Individuelle SuS-Interessen und Expertenwissen der Kinder einbeziehen (alle Bewegungsfelder) 			
9/10	<ul style="list-style-type: none"> • Eigenverantwortliches Aufwärmen: Wie bereite ich mich gezielt für spezifische Sportarten vor? (Bewegungsfeld 1) 	<p>sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen.</p> <p>ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in komplexeren sport-bezogenen Anforderungssituationen zeigen.</p> <p>unterschiedliche Entspannungstechniken (z. B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben.</p> <p>komplexere spielübergreifende</p>	<p>ein Aufwärmprogramm nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten.</p> <p>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 Ausdauer) entwerfen und</p>	<p>hre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen beurteilen.</p> <p>gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen.</p>

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

<p>9/10</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Spiele aus anderen Kulturen spielen und verstehen am Beispiel Flagfootball (Bewegungsfeld 2 und 7) • Kriteriengeleitete Spielformen entwickeln und erproben unter besonderer Berücksichtigung taktischer 	<p>technischkoordinative Fertigkeiten sowie taktischkognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Spielen anwenden.</p> <p>in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln.</p> <p>Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund selbstständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen.</p> <p>leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern.</p> <p>eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z. B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen.</p> <p>beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 30 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung</p>	<p>umsetzen.</p> <p>komplexe Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern.</p> <p>leichtathletische Wettkampffregeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen</p>	<p>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.</p> <p>die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen</p>
-------------	---	---	---	--

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

9/10	<p>Verhaltensweisen <i>(Bewegungsfeld 2 und 7)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Das Runde muss mit Schläger ins Eckige: Die Hockeyvariation Floorball <i>(Bewegungsfeld 7)</i> • Das habe ich noch nie gemacht: Hürdenlauf / Kugelstoßen als neue Herausforderung annehmen <i>(Bewegungsfeld 3)</i> 	<p>individueller Leistungsfähigkeit erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben.</p> <p>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.</p> <p>an Turngeräten oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf der Basis individueller Fähigkeiten normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden.</p> <p>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.</p> <p>an ihre individuellen</p>	<p>Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten.</p> <p>selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z. B. tabellarisch, grafisch) erfassen.</p>	<p>Wettkampfes beurteilen.</p>
------	--	--	---	--------------------------------

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

<p>9/10</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Einen Orientierungslauf auf im Gelände planen und durchführen (Bewegungsfeld 3) 	<p>Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.</p> <p>ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern.</p> <p>Objekte und Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren.</p> <p>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.</p> <p>ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsabsichten, -aufgaben und -anlässen eigene Kompositionen (z. B. Fitnesschoreografien in der Gruppe, tänzerische Gruppengestaltung) entwickeln, umsetzen</p>	<p>in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen.</p> <p>zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern</p> <p>ihr ästhetisch-gestalterisches Bewegungsrepertoire</p>	<p>Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen.</p> <p>die eigene Leistung und die Leistung anderer in Lern-Übungs- und Gestaltungsprozessen nach vereinbarten Kriterien einschätzen sowie eine Präsentation bewerten.</p>
-------------	--	--	---	---

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

<p>9/10</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Le Parkour: Hindernisse kreativ, schnell und sicher Überwinden (Bewegungsfeld 5) • Das Springen neu entdecken: Einen Sprungparcours unter Einbezug des Minitrampolins gestalten und erproben (Bewegungsfeld 5 und 6) 	<p>und präsentieren.</p> <p>komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben.</p> <p>die Merkmale fairen Spielens reflektieren und erläutern sowie sich aktiv für faire Spielprozesse einsetzen.</p> <p>taktisches Verhalten in Handlungs-/Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern.</p> <p>das ausgewählte große Sportspiel auf fortgeschrittenem Niveau spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern.</p> <p>das ausgewählte Partnerspiel auf fortgeschrittenem Niveau regelgerecht, fair mit und gegeneinander spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern.</p> <p>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</p>	<p>aus unterschiedlichen Bereichen (z. B. Schulsport, Hobbys, Trends der Jugendkultur,...) für eine Präsentation (z. B. auch Schulaufführung) nutzen.</p>	<p>bewegungsbezogene Klischees (u. a. Geschlechterrollen) beim Gestalten, Tanzen, Darstellen kritisch bewerten und beurteilen.</p>
-------------	---	---	---	--

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

<p>9/10</p>	<ul style="list-style-type: none"> • (Step)- Aerobic: Eine in Gruppen erarbeitete Choreografie präsentieren und bewerten (Bewegungsfeld 6) • Fit in Form: mein täglicher Workout mit 	<p>Bewegungsmerkmale nach vorgegebenen Kriterien erläutern.</p> <p>technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheitsgerecht und Gelände angepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben sowie Möglichkeiten der Bewegungshilfe und -sicherung erläutern.</p> <p>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.</p> <p>mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen</p>	<p>Darstellungen (z. B. Graphik, Foto, Film) von Spielsituationen erläutern und umsetzen.</p> <p>Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen.</p> <p>Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen.</p>	<p>die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen.</p> <p>die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.</p>
-------------	--	--	--	--

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

<p>9/10</p>	<p>Musik <i>(Bewegungsfeld 1 und 6)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ich will gewinnen: Sich im Partnerspiel Badminton und im Mannschaftss 		<p>beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen, Ruderkommandos, Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden.</p> <p>Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach</p>	<p>die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen.</p> <p>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.</p>
-------------	---	--	--	--

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

9/10	<p>piel Basketball fair, aber wettkampfori entiert verhalten – Festigen technischer Grundfertigkei ten und Anwendung taktischer Verhaltenswei sen <i>(Bewegungsfeld 7)</i></p>		<p>festgelegten Regeln leiten.</p> <p>kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben.</p>	<p>die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen nach vereinbarten Kriterien beurteilen.</p> <p>Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen.</p>
------	--	--	--	---

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

	<ul style="list-style-type: none">• Gleiten, Fahren, Rollen: ggf. Unterrichtsga ng in eine Skihalle <i>(Bewegungsfeld 8)</i>			
	<ul style="list-style-type: none">• Erlernen			

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

	<p>grundlegender Techniken des Standkampfes – kooperatives Erarbeiten von Werfen und Fallen <i>(Bewegungsfeld 9)</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Individuelle SuS-Interessen und Expertenwissen n der Schülerinnen und Schüler einbeziehen (alle Bewegungsfel der)			
--	--	--	--	--

Menüpunkt : Homepage : Fächer -> 2. Schwerpunkte des Faches in den einzelnen Jahrgängen

	<ul style="list-style-type: none">• Organisation und Durchführung eines schulinternen Sportturniers			
--	--	--	--	--