

Dieser schuleigene Arbeitsplan soll in den nächsten zwei Jahren erprobt und dann weiterentwickelt werden. Er soll schrittweise ab dem Schuljahr 2009/2010 Grundlage des Unterrichts in der Sekundarstufe I sein.

<b>Klasse</b>	<b>Sportart</b>	<b>Stunden</b>
<b>5</b>  <b>Gesamtstundenzahl: 32</b>	Spielen (Turnier Dezember)	10
	Leichtathletik	6
	Schwimmen	3 bis 5
	Turnen	6
	Gymnastik/Tanz	4
	Kämpfen	2
<b>6</b>  <b>Gesamtstundenzahl: 32</b>	Spielen (Turnier Dezember)	10
	Leichtathletik	6
	Schwimmen	3 bis 5
	Turnen	6
	Gymnastik/Tanz	4
	Kämpfen	2
<b>7</b>  <b>Gesamtstundenzahl: 28</b>	Leichtathletik	6
	Schwimmen	3 bis 5
	Turnen	4
	Basketball (Turnier Februar)	8
	Gymnastik/Tanz	4
	Kämpfen	2
<b>8</b>  <b>Gesamtstundenzahl: 32</b>	Volleyball (Turnier März)	8 bis 10
	Leichtathletik	6
	Schwimmen	3 bis 5
	Turnen	4 bis 6
	Gymnastik/Tanz	4
	Rückschlagspiele	4
<b>9</b>  <b>Gesamtstundenzahl: 30</b>	Leichtathletik	6
	Schwimmen	3 bis 5
	Handball	8
	Badminton	6
<b>10</b>  <b>Gesamtstundenzahl: 35</b>	Gymnastik/Tanz	6
	Leichtathletik	8
	Schwimmen	3 bis 5
	Turnen	6
	Skaten	6 bis 8
	Uni-Hockey (Turnier)	6
Fußball	4	

## Erfahrungs- und Lernfeld „Laufen, Springen, Werfen“

Einheit/Thema (Zeit in Stunden)	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen	Medieneinsatz	Fachspezifisches/ Fächerübergreifendes	Zusätzliche Informationen
<p>Jg. 5 (6 D.St.) <b>Auf kurzer Strecke schnell laufen oder sprinten</b></p> <p><b>Hindernisse in variablen und gleichmäßigen Rhythmen überlaufen</b></p> <p><b>In die Weite und Höhe springen</b></p> <p><b>Weit werfen bzw. stoßen</b></p>	<p><b>Laufen:</b> Rhythmisches Laufen Ausdauerndes Laufen Laufen mit kleinen Orientierungsaufgaben Individuelles Lauftempo an Streckenlänge, verschiedene Untergründe und Bedingungen anpassen.</p> <p><b>Springen:</b> Weitsprung aus der Absprunzone (Hocksprungtechnik)</p> <p><b>Werfen:</b> Gerader Wurf (beide Gewichte möglich) mit stärkerem Arm aus dem Stand</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• beschreiben mit eigenen Worten, dass langsames ausdauerndes Laufen zur Gesunderhaltung des Herz-Kreislauf-Systems beiträgt.</li> <li>• erfahren die eigenen Leistungsgrenzen durch schnelles Laufen.</li> <li>• erkennen Schnelligkeit als Basis für andere Disziplinen und Sportarten.</li> <li>• entwickeln Rhythmusgefühl.</li> <li>• erkennen und beschreiben Unterschiede verschiedener Bewegungslösungen bei sich und anderen.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• einen Sprungparcours selbständig in Gruppen entwickeln</li> </ul>	<p>Hindernisparcours, Laufspiele,</p> <p>OL auf Schulgelände</p>
<p>Jg. 6 (6 D.St.) <b>Auf kurzer Strecke schnell laufen oder sprinten</b></p>	<p><b>Laufen:</b> Laufen mindestens 25 Minuten ohne Pause ausdauernd.</p> <p>Laufen über 50 Meter auf Zeit. Kennen unterschiedliche Starttechniken.</p>				

<p><b>Hindernisse in variablen und gleichmäßigen Rhythmen überlaufen</b></p> <p><b>In die Weite und Höhe springen</b></p> <p><b>Weit werfen bzw. stoßen</b></p>	<p>Überlaufen flach und rhythmisch verschiedene Hindernisse mit unterschiedlich weiten Abständen.</p> <p><b>Springen:</b> Hochsprung</p> <p><b>Werfen:</b> Werfen einen Schlagball und andere Wurfgegenstände mit der rechten und der linken Hand möglichst weit (mit Anlauf).</p>		<p>Bananenkartons</p> <p>verschiedene Wurfgeräte</p> <p>Sportabzweigtabelle (Internet)</p>	<p>Impulsschritt fakultativ</p> <p>Erwerb des Sportabzeichens</p>
---	--	--	--	---

### **Erfahrungs- und Lernfeld „Laufen, Springen, Werfen“**

Einheit/Thema (Zeit in Stunden)	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen	Medieneinsatz	Fachspezifisches/ Fächerüberg	Zusätzliche Informationen
------------------------------------	-----------------------------	-----------------------------	---------------	----------------------------------	---------------------------

				reifendes	
<p>Jg. 7 (6 D.St.)</p> <p><b>Auf kurzer Strecke schnell laufen oder sprinten</b></p> <p><b>Hindernisse in variablen und gleichmäßigen Rhythmen überlaufen</b></p> <p><b>In die Weite und Höhe springen</b></p> <p><b>Weit werfen bzw. stoßen</b></p>	<p><b>Laufen:</b> Ausdauerndes Laufen: Laufabzeichen Schnelles Laufen: 50m/75m</p> <p><b>Werfen:</b> Schlagball (beide Gewichte möglich), Anlauf mit Impulsschritt Kugelstoß: Einführung Standstoß</p> <p>Werfen einen Wurfball mit effektivem Anlauf möglichst weit.</p> <p><b>Springen:</b> Weitsprung: Anlauf und einbeiniger Absprung, Einsatz von Schwungarm und Schwungbein, Legen ihre individuelle Anlaufentfernung und Anlaufgeschwindigkeit beim Weitsprung fest.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• reflektieren die Funktionalität Leichtathletik spezifischer Wurftechniken</li> </ul>	<p>Laufabzeichen (www.leichtathletik.de)</p> <p>Glocke mit Schwungarm zum Klingen bringen</p>		<p>vielseitige Ausdauer-schulung</p>
<p>Jg. 8 (6 D.St.)</p> <p><b>Auf kurzer Strecke schnell laufen oder sprinten</b></p> <p><b>Hindernisse in variablen und gleichmäßigen Rhythmen überlaufen</b></p> <p><b>In die Weite und</b></p>	<p><b>Laufen:</b> Laufen mindestens 30 Minuten ohne Pause ausdauernd. Laufen in Sprinttechnik über 75 Meter. Wenden die Tiefstarttechnik in Grobform an. Beherrschen die Stabübergabe von hinten. Überlaufen schnell hürdenähnliche Hindernisse im Drei- oder Fünfschrittrhythmus. Rundenstaffel, Stabübergabe von hinten</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erläutern die Dauermethode als eine Trainingsmethode zur Verbesserung der aeroben Ausdauer und wenden sie an.</li> <li>• setzen sich realistische Trainingsziele auf der Grundlage ihrer individuellen Bezugsnorm.</li> <li>• gestalten einen Trainingsprozess.</li> <li>• kooperieren im Rahmen der Bewegungsaufgabe.</li> </ul>	<p>Übungshürden</p>		

<p><b>Höhe springen</b></p> <p><b>Weit werfen bzw. stoßen</b></p>	<p><b>Werfen:</b> Schocken, stoßen und drehwerfen unterschiedliche Wurfgeräte möglichst weit. Führen Leistungswürfe bzw. Leistungsstöße in mindestens einer Wurf- bzw. Stoßdisziplin durch. Erkennen und beschreiben Unterschiede verschiedener Bewegungslösungen bei sich und anderen.</p> <p><b>Springen:</b> Wenden die individuell adäquate Hochsprungtechnik an. einbeiniger Absprung aus kurvenförmigem Anlauf</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erfüllen konditionelle und koordinative Anforderungen.</li> <li>• kennen unterschiedliche Hochsprungstechniken.</li> </ul>	<p>Zachariaslatte, Zauber-schnur, Mattenberg Sportabzeichentabelle (Internet)</p>	<p>Schersprung, Straddle, Flop Erwerb des Sportabzeichens</p>
---	--	---	---	---

### Erfahrungs- und Lernfeld „Laufen, Springen, Werfen“

Einheit/Thema (Zeit in Stunden)	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen	Medieneinsatz	Fachspezifisches/ Fächerübergreifendes	Zusätzliche Informationen
Jg. 9	<b>Laufen:</b>				

<p>(6 D.St.) <b>Auf kurzer Strecke schnell laufen oder sprinten</b></p> <p><b>Hindernisse in variablen und gleichmäßigen Rhythmen überlaufen</b></p> <p><b>In die Weite und Höhe springen</b></p> <p><b>Weit werfen bzw. stoßen</b></p>	<p>Laufen 800m / 2000m auf Zeit Rhythmisierendes Laufen, 3er Rhythmus über Hürden mit individuell unterschiedlichen Abständen und Höhen</p> <p><b>Werfen:</b> Führen Leistungswürfe bzw. Leistungsstöße in mindestens einer Wurf- bzw. Stoßdisziplin durch.</p> <p><b>Springen:</b> Führen einen Hochsprung in der Floptechnik (Grobform) aus. Flop auf Höhe</p> <p>Beherrschen eine Hochsprungstechnik, um ihre beste Leistung zu erreichen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schätzen ihre Leistungsfähigkeit beim Werfen bzw. Stoßen ein.</li> <li>• bewältigen unter Rückgriff auf erlernte Bewegungsformen erhöhte Leistungssituationen.</li> <li>• schätzen Höhen selbst ein.</li> </ul>	<p>Video</p>		<p>Videoaufnahme selbst analysieren</p>
<p>Jg. 10 (8 D.St.) <b>Auf kurzer Strecke schnell laufen oder sprinten</b></p> <p><b>Hindernisse in variablen und gleichmäßigen Rhythmen überlaufen</b></p> <p><b>In die Weite und Höhe springen</b></p>	<p><b>Laufen:</b> Laufen eine Strecke mittlerer Distanz individuell schnell und teilen den Lauf sinnvoll ein. Laufen in Sprinttechnik aus dem Tiefstart über 100 Meter.</p> <p>Beherrschen bei Rundenstaffeln den Stabwechsel in einem Wechselraum.</p> <p>Führen einen Start-/Ziellauf über hürdenähnliche Hindernisse im Dreischrittrhythmus durch.</p> <p>Zusatz: Einführung OL,</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erläutern Trainingsmethoden zur Verbesserung der aeroben und der anaeroben Ausdauer und wenden sie an.</li> <li>• verfügen über Methodenkenntnisse als Grundlage für selbständiges Üben.</li> <li>• schätzen das eigene Können und das Können anderer beim Staffellauf situationsadäquat ein und reagieren entsprechend.</li> </ul>	<p>Karte vom FKG, Jahnsporthaus, Kieselsee</p>		

<b>Weit werfen bzw. stoßen</b>	Kartenkunde <b>Werfen:</b> Gerader Wurf auf Weite (Schlagball oder Speer) <b>oder:</b> Kugelstoß auf Weite	• schätzen Abstände selbst ein.			
--------------------------------	---	---------------------------------	--	--	--

- 5 -

## Sportart Gymnastik / Tanz

<b>Einheit / Thema (Zeit in h)</b>	<b>Inhaltsbezogene Kompetenzen</b>	<b>Prozessbezogene Kompetenzen</b>	<b>Medieneinsatz / Bezug zum Methodencurriculum</b>	<b>Zusätzliche Informationen</b>
Lernfeld <i>Gymnastik / Tanz</i> Jahrgang 5 / 6  Handgeräte (Rope Skipping)  ----- Anspannen / Entspannen	Die SuS ... ... lernen <b>Handgeräte</b> kennen. ... führen Grundbewegungs-formen mit Bällen, Reifen oder Seilen aus. ... bewegen sich rhythmisch unter Einbeziehung des Raumes und der Dynamik. ... verbessern ihre Kraft, Ausdauer und Koordination. ----- ... führen Anspannen und Entspannen nach Anleitung durch.	Die SuS... ... kennen gymnastische Grundformen bezogen auf Handgeräte und setzen sie spezifisch ein. ... erkennen unterschiedliche Rhythmen. ... erkennen Zusammenhänge zwischen Belastung und Reaktion des Körpers. ----- ... nehmen ihren	geeignete Musik  Lehrfilme, z.B. Rope Skipping Arbeitskarten „Rope Skipping“ (Führerschein)  <u>Literatur:</u> Böttcher, Henner: <i>Rope Skipping</i> , 4. Aufl., 2002, Meyer Meyer Verlag. ----- Müller, Else: <i>Du spürst unter deinen Füßen das Gras</i> , 22.	Seil, besonders geeignet Rope Skipping Exemplarisch kann ein Handgerät vertieft werden.  Arbeitskarten Ropeskipping im Ordner Bibliothek (Kopiervorlagen) ----- Kopiervorlagen für Entspannungstraining und Massage im Ordner Bibliothek (für alle Jahrgangsstufen geeignet)

		Körper bewusst wahr.	Aufl., 2002, FischerVerlag.	
Jahrgang 7 / 8	... erlernen Grundschrirte der <b>Aerobic</b> und verbessern dadurch ihre Koordination und Ausdauer. ... setzen eine selbst gewählte Musik in eine kurze Choreographie um. ... präsentieren die selbst entwickelte Choreographie.	... kennen eine Auswahl von Grundschrirten der Aerobic. ... gestalten, erproben und variieren Bewegungs-kombinationen.  ... lernen die Präsentationen anderer nach vorher erarbeiteten Kriterien zu bewerten (z.B. Raumwege, Technik, Ausführung)	Aktuelle Musik  Arbeitskarten „BallKoRobics“ zum Bsp. Heike Völker: „BallKoRobics oder Soccerrobics“ In: Sport Praxis 5H / 2006, S. 18-21 <a href="http://www.ballkorobics.de">www.ballkorobics.de</a> (gute DVDs zum Kauf)	Arbeitskarten zu Aerobic, Stationsbetrieb im Ordner Bibliothek (Kopiervorlagen)  BallKoRobics ist für alle Altersstufen geeignet, auch zum Aufwärmen
Handgeräte (Vert.) Rhythm. Sportgymnastik	<u>Vertiefung:</u> ... entwickeln eine Bewegungsabfolge mit einem Handgerät (Band, Reifen, Seil, Ball oder Keule).	... wenden gymnastische Grundformen bezogen auf Handgeräte an. ... kombinieren unterschiedliche Rhythmen zu ihren Bewegungsabfolgen.	Lit: Götzova-Kumpf, Atja: <i>Rhythmische Sportgymnastik</i> , 1982, BLV.	
Dehnen und Kräftigen	... dehnen und kräftigen Muskeln unter Anleitung funktionell.	... kennen verschiedene Kräftigungs- und Dehnübungen für	Geeignet : Zirkeltraining	



		bestimmte Muskelgruppen.		
Jahrgang 9 / 10 Auswahl eines Tanzstils	... lernen Elemente eines ausgewählten <b>Tanzstils</b> kennen (Jazz Dance, Latin, Rock'n'Roll, Hip Hop). ... erarbeiten eine Partner- oder Gruppenchoreographie in diesem Tanzstil.	... kennen einen Tanzstil genauer.  ... lernen die Präsentationen anderer nach vorher erarbeiteten Kriterien zu bewerten (z.B. Zeit, Raumwege, Dynamik, Technik, Originalität, Form, Ausführung). ... beziehen das Bewegungskönnen der verschiedenen Gruppenmitgliedern in die Gruppengestaltung mit ein. ... wählen selbständig geeignete Musik aus.	Literatur: Sport und Spiel, Heft 5, 1/2002, „Straßentänze und Traumtänze“  Sport und Spiel, Heft 29, 1/2008, „Tanzen und Gestalten“  Kirch, Sandra: <i>Handbuch für Rock'n'Roll</i> , 1. Aufl. 1995, Meyer & Meyer.	z. B. Anpassen der Kleidung an den Tanzstil  DVDs aus dem Kursunterricht / Workshop ausleihbar bei Hildegard Schütz
Tanzen und Gestalten	<u>Mögliche Vertiefung bei lernstarker Lerngruppe:</u> ...gestalten ein Thema mit pantomimischen und tänzerischen Mitteln nach einer Bewegungsaufgabe.	... entwickeln die eigene Gestaltungsfähigkeit.		
Dehnen und Kräftigen	... planen nach Anleitung / eigenständig einen Parcours zur Steigerung zur körperlichen Leistungsfähigkeit.	... verfügen über	Geeignet: Zirkeltraining, Stationsarbeit	

		<p>grundsätzliche anatomische Grundkenntnisse. ... gewinnen erste Einblicke in Trainingsmethoden (z.B. Zusammenhang Belastung, Erholung).</p>		
--	--	---	--	--

**Lernfeld: Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen**

Einheit / Thema (Zeit in h)	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen	Medieneinsatz / Bezug zum Methoden-curriculum	Fachspezifisches / Fächerübergreif	Zusätzliche Informationen
<p>Klasse 5 + 6, jeweils 10 Stunden (siehe KC)</p>	<p><b>SCHWIMMEN</b> beherrschen das Schwimmen in Brust- und Rückenlage (<i>Grobformen</i>)</p> <p>6. schwimmen 20 Minuten ohne Pause in beliebiger Lage</p> <p>7. führen einen Startsprung vom Beckenrand oder Startblock aus.</p> <p><b>SPRINGEN UND TAUCHEN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• präsentieren nach vorgegebenen Kriterien zwei unterschiedliche Sprünge vom Startblock oder 1-Meter-Brett.</li> </ul> <p>(<i>Fuss-Sprung / Kopf-Sprung / Dreh-Sprung</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• orientieren sich unter Wasser und bewegen</li> </ul>	<p>8. schätzen ihre Schwimmfähigkeit richtig ein und wechseln bei Bedarf die Lage.</p> <p>(<i>Bsp. Schwimmen auf Zeit</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• beurteilen die Anforderungen einer Bewegungssituation beim Springen oder Tauchen.</li> </ul>	<p>Visuelle Bewegungsbeschreibungen (Karten / Poster / Video)</p> <p>Umgang mit Bewegungsbeschreibungen</p> <p>div. Materialien</p>	<p>Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit</p> <p>Bewegungslernen / Technikerwerb</p>	<p>Pflicht-AG in Klasse 5: alle SuS haben Freischwimmer</p>

	<p>sich zielgerichtet fort. (Zieltauchen: Ringe etc., Tauchspiele)</p> <p><b>HELFEN UND RETTEN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>transportieren allein und gemeinsam Gegenstände schwimmend durchs Wasser.</li> <li>wenden grundlegende Fertigkeiten zur Selbstrettung an (Verhalten bei Erschöpfung, Muskelkrampf)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>erkennen und schätzen Gefahrensituationen ein und verhalten sich entsprechend.</li> </ul>			
<p>Klasse 7 + 8, insgesamt 20 Stunden (siehe KC)</p>	<p><b>SCHWIMMEN</b></p> <p>schwimmen die Brust- und Kraultechnik mit entsprechendem Start und Wende</p> <p>schwimmen eine der beiden Techniken auf der Kurzstrecke schnell</p> <p><b>SPRINGEN UND TAUCHEN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>tauchen mindestens 10 Meter weit.</li> </ul> <p><b>HELFEN UND RETTEN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>transportieren eine Partnerin/einen Partner über eine vorgegebene Distanz sicher</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>geben nach vorgegebenen Kriterien Bewegungskorrekturen.</li> <li>erfahren beim Tauchen ihre individuellen Leistungsgrenzen.</li> <li>beschreiben Hilfsmaßnahmen zur Fremdrettung</li> </ul>	<p>Visuelle Bewegungsbeschreibungen (Karten / Poster / Video)</p> <p>Umgang mit Bewegungsbeschreibungen</p> <p>div. Materialien</p>	<p>Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit</p> <p>Bewegungslernen / Technikerwerb</p>	
<p>Klasse 9 + 10, insgesamt 20 Stunden (siehe KC)</p>	<p><b>SCHWIMMEN</b></p> <p>schwimmen die Rückentechnik mit entsprechendem Start und Wende</p> <p>schwimmen eine Kurzstrecke in einer weiteren selbst gewählten Schwimmtechnik schnell.</p>		<p>Visuelle Bewegungsbeschreibungen (Karten / Poster / Video)</p> <p>Umgang mit Bewegungsbeschreibungen</p> <p>div. Materialien</p>	<p>Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit</p> <p>Bewegungslernen / Technikerwerb</p> <p>Erste Hilfe - Maßnahmen</p>	<p>Evtl. Abzeichen des DRLG</p>

**SPRINGEN UND TAUCHEN**

- springen mit einem oder mehreren Partnern synchron.

**HELFEN UND RETTEN**

- demonstrieren grundlegende Fertigkeiten zur Selbst- und Fremdreitung.

- stimmen ihre Bewegungen mit anderen ab

- beschreiben Hilfsmaßnahmen zur Selbst- und Fremdreitung.



Einheit / Thema (Zeit in h)	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen	Medieneinsatz / Bezug zum Methoden-curriculum	Fachspezifisches / Fächerübergreif	Zusätzliche Informationen
Lernfeld Turnen Jg. 5/6	<p><b>Übergreifend: Bewegen an Geräten; Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b></p> <p>Roll-, Stütz- und Sprungbewegungen am Boden und Geräten kennen lernen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>o Boden: Rolle vw, rw; Handstütz aufschwingen mit Hilfestellung; Rad und Radwende, Kür aus Elementen gestalten; Handstützabrollen mit Hilfestellung;</li> <li>o Sprung: Bock (Grätschsprung), Kasten (Hockwende, Hocke); Sprünge aus dem Minitramp</li> <li>o Parallelbarren: stützen und schwingen, Abschwung</li> <li>o Ringe: Schwung- und Drehbewegungen an den Ringen</li> <li>o Akrobatik:</li> </ul> <p>Bewegungskunststücke: Partner- und Gruppenakrobatische Stütz- und Balancekunststücke ohne Materialien</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>o Ergänzend:</li> </ul> <p>Körperspannungsübungen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>o Helfen und Sichern</li> <li>o Sicheres Auf- und Abbauen von Klein- und Großgeräten</li> </ul>	<p><b>An Geräten oder am Boden</b></p> <p>Verbinden und präsentieren flüssig drei Bewegungsfertigkeiten aus den Kernthemen an einem Gerät oder einer vorgegebenen Gerätebahn</p> <p>Bewältigen erhöhte Bewegungsherausforderungen unter Rückgriff auf erlernte Bewegungsfertigkeiten</p> <p>Beschreiben die Bewegungsprobleme in Bezug auf ihre Bewegungsfertigkeiten</p> <p>Bewerten Bewegungsformen nach entwickelten Kriterien</p> <p><b>Helfen und Sichern</b></p> <p>Bauen Geräte sachgerecht auf Geben nach Anleitung</p> <p>Bewegungsunterstützung</p> <p>Nehmen Unterstützung an, bauen Vertrauen auf und übernehmen Verantwortung für den Partner</p> <p><b>Bewegungskunststücke mit und ohne Gerät realisieren</b></p> <p>Präsentieren ein auf Körperspannung und –balance beruhendes Kunststück mit dem Partner/ der Partnerin.</p> <p>Beschreiben Bewegungsprobleme</p> <p>Schätzen sich selbst und andere realistisch ein.</p> <p>Entwickeln eigene Vorschläge zum Erwerb der Fertigkeiten und zur Abstimmung mit dem Partner</p>	<p>DVD Turnen?</p> <p>Schaubilder/ Folien</p> <p>Akrobatikfolien</p>	<p><b>Fertigkeiten</b></p> <p>Rückenschaukel, Abrollen aus dem Kniestand/ Hockstand, Rollbewegung auf der Mattenbahn vw u. rw., Schwungbewegung in den Handstütz, Schwung- und Druckbeineinsatz</p> <p>Grätsche – Grundstützsprung mit kurzem Anlauf; Stützhocke auf der Ebene/ Bankgasse; Aufhocken auf den quer gestellten Kasten/ Bock; Hilfestellung (Stützgriff-Hilfestellung<sup>9</sup>)</p> <p>Federn mit dem Minitramp – mit und ohne Unterstützung, beidbeinige Absprünge; Strecksprung mit und ohne Anlauf; Hilfestellung (Sicherung der Landung durch „Eingabeln“ des Springers</p> <p>Balance- und Gleichgewichtsschulung; Verbesserung der Körperspannung; Vertrauen in den Partner entwickeln</p> <p>Erkenntnis in grundlegende Auf- und Abbautechniken</p>	<p>Am Beispiel Turnen sollen die inhaltsbezogenen und prozessbezogenen Kompetenzen erworben werden.</p> <p>2</p>

Einheit / Thema (Zeit in h)	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen	Medieneinsatz / Bezug zum Methoden- curriculum	Fachspezifisches	Zusätzliche Informationen
Lernfeld Turnen <u>Jg. 7/8</u>	<p><b>Übergreifend: Etwas wagen und verantworten, Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern, Gesundheit fördern, Gesundheitsbewußtsein entwickeln</b></p> <p>Turnerische Sprungformen an Geräten: Aufhocken auf die Knie, Hocke in den Stand, Hockwende; Sicherheitsaspekte: Hilfe- und Sicherheitsstellung</p> <p>Turnerische Übungsabläufe und Übungsfolgen erarbeiten Reck: Stütz, Unterschwung, Umschwung Parallelbarren: Aufgangsformen, Schwingen im Stütz, Kehre/ Wende, Kippen Boden: Vertiefung Jgst. 6; Rolle rw durch den Handstütz, Flugrolle, Bodenkür erarbeiten in Partnerarbeit</p>	<p>Turnen erlernte Bewegungsfertigkeiten an Geräten oder am Boden einzeln/ synchron</p> <p>Erkennen geeignete Lernziele, um die Bewegungsfertigkeiten zu optimieren Wenden mögl. Sicherheitsstellung nach Vorgabe an</p> <p>Gehen mit einem Partner/ einer Partnerin eine Bewegungsbeziehung ein Schätzen das eigene Können und das Können</p>	<p>DVD Turnen?</p> <p>Schaubilder/ Folien</p> <p>Akrobatikfolien</p> <p>Videoschulung</p>	<p><b>Fertigkeiten</b></p> <p>Vorraussetzung (Hocke-Grundstützsprung) springen – spannen – stützen auf dem vorderen Kastenende; federn im Liegestütz vorlinks und anhocken auf dem Boden/ gleiches auf dem Kasten, Landeübungen nach dem Abhocken, Sichern am Kastenende im Stützgriff</p> <p>Felg- Unterschwung, – Felgstreckung aus dem Vorpendeln, heben in den Felghang mit und ohne Partnerhilfe, mit Schwungbeinhilfe Umschwung aus dem</p>	<p>Am Beispiel Turnen sollen die inhaltsbezogenen und prozessbezogenen Kompetenzen erworben werden.</p> <p>2</p>

	<p>Kräftigen mit dem eigenen Körpergewicht          Übungen für Beine, Arme und Rumpf          Serien und Wiederholungen          Gefahren bei unterschiedlichen Übungsformen/ bei Kräftigungsübungen</p> <p>Bewegungskunststücke:          Partner- und Gruppenakrobatische Stütz- und Balancekunststücke mit Materialien</p>	<p>des Partners/ der Partnerin ein Entwickeln Methoden zur Abstimmung der Bewegung aufeinander</p> <p>Präsentieren allein oder mit dem Partner/ der Partnerin Kunststücke mit Materialien          Gestalten Lernsituation eigenständig          Diskutieren und lösen Konflikte, die bei der Erarbeitung von Bewegungskunststücken auftreten</p>		<p>Stütz</p> <p>Vertiefung von Schwungbewegung vw u. rw am Boden, Kräftigung der Haltemuskulatur</p> <p>Balance- und Gleichgewichtsschulung; Verbesserung der Körperspannung; Vertrauen in den Partner entwickeln, Sozialkompetenz erweitern</p> <p>Vertiefung in grundlegende Auf- und Abbautechniken nach Vorgaben</p>	
--	--	---	--	--	--



Einheit / Thema (Zeit in h)	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen	Medieneinsatz / Bezug zum Methoden- curriculum	Fachspezifisches	Zusätzliche Informationen
Lernfeld Turnen <u>Jg. 9/10</u>	<p><b>Übergreifend: Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrung erweitern</b></p> <p>Alters- und entwicklungsgemäße Erweiterung des turnerischen Bewegungsrepertoires Wiederholung bekannter Übungen mit komplexer Verknüpfung in Partnerarbeit aus dem turnerischen Bereich (Bodenkür) Sprünge mit zunehmend risikoreichem Charakter absolvieren Gerätelandschaften und Übungsfolgen gestalten</p> <p>Vertiefung: Kräftigen mit dem eigenen Körpergewicht Übungen für Beine, Arme und Rumpf Serien und Wiederholungen Gefahren bei unterschiedlichen Übungsformen/ bei Kräftigungsübungen</p>	<p>Turnen vertiefend erlernte Bewegungsfertigkeiten an Geräten oder am Boden einzeln/ synchron</p> <p>Präsentieren mit einem Partner/ einer Partnerin eine dreiteilige Bewegungsverbindung. (Kür), skizzieren unter Verwendung von Fachbegriffen den Ablauf der Kür</p> <p>Berücksichtigen ggf. unterschiedliches Leistungsniveaus</p> <p>Wenden Hilfe- und Sicherheitsstellung sachgerecht an</p> <p>Beurteilen die Anforderungen einer</p>	<p>DVD Turnen/Kür Schaubilder/ Folien</p> <p>Videoschulung/ Präsentationsaufna hmen</p>	<p><b>Fertigkeiten</b></p> <p>Vertiefung der Bewegungsausführun gen turnerischen Einzelelemente – Verknüpfung von Teilbereichen</p> <p>Vertiefung von Beurteilungskriterien, Auseinandersetzung und Diskussion mit möglichen Bewertungsmaßstäbe n</p>	<p>Am Beispiel Turnen sollen die inhaltsbezogenen und prozessbezogenen Kompetenzen erworben werden.</p> <p>2</p>

		<p>Bewegungssituation zutreffend</p> <p>Analysieren das in der Gruppe verfügbare Bewegungskönnen und verknüpfen es in der Gruppengestaltung</p> <p>Beurteilen Präsentationen</p>			
--	--	--	--	--	--

## Lernfeld Kämpfen Jahrgang 7

Einheit / Thema (Zeit in h)	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen	Medieneinsatz / Bezug zum Methoden- curriculum	Fachspezifisches/ Fächerübergreif	zusätzlich Information
<p><b><u>Vertrauen aufbauen und Körperkontakt zulassen</u></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>kämpfen fair und partnerschaftlich mit- und gegeneinander.</li> <li>setzen ihre eigenen Kräfte dosiert und zielgerichtet ein.</li> <li>lassen sich auf körperliche Nähe ein.</li> <li>halten direkten Körperkontakt aus.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>halten Regeln und Rituale ein.</li> <li>übernehmen Verantwortung für sich und andere.</li> <li>beherrschen ihre Emotionen.</li> <li>führen keine aggressiven Handlungen gegen andere aus.</li> <li>nehmen Rücksicht auf unterschiedliche körperliche Voraussetzungen anderer.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Stationenlernen</li> <li>Turnmatten</li> <li>langer Pullover, lange Hose, alte Kleidung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bucher, W. (Hrsg.) (2008). <i>999 Spiel- und Übungsformen im Ringen, Raufen und Kämpfen</i>. Schorndorf: Hofmann.</li> <li>Frommann, B. (2006). <i>Wilde Spiele</i>. Praxisideen. Schriftenreihe für Bewegung, Spiel und Sport, Band 25. Schorndorf: Hofmann.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Paarungen sollten nach Neigung gebildet werden</li> <li>auch geschlechtliche Paarungen um neue Erfahrungen ermöglichen</li> </ul>
<p><b><u>Spielerische Kämpfe am Boden – Haltetechniken und Befreiungsstrategien</u></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>kämpfen fair und partnerschaftlich mit- und gegeneinander.</li> <li>setzen ihre eigenen Kräfte dosiert und zielgerichtet ein.</li> <li>lassen sich auf körperliche Nähe ein.</li> <li>halten direkten Körperkontakt aus.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>vereinbaren Regeln und Rituale und halten sie ein.</li> <li>beachten Sicherheitsmaßnahmen beim Kämpfen mit einer Partnerin/einem Partner.</li> <li>schätzen Kampfsituationen richtig ein.</li> <li>nehmen Bewegungshandlungen der Partnerin/des Partners wahr.</li> <li>beherrschen ihre Emotionen und reagieren nicht aggressiv.</li> <li>führen keine aggressiven Handlungen gegen andere aus.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Turnmatten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><u>Internet:</u> Rheinischer Gemeindeunfallversicherungsverband (RGUVV) (Hrsg.) (2000). <i>Kämpfen im Sportunterricht. Bausteine und Materialien für die Lehrerfortbildung</i>. Essen: Lemke.</li> <li>Sander, H. &amp; Deling, B. (2001). <i>Judo. Bodenprogramm von weißgelb bis orange</i>. Aachen: Meyer &amp; Meyer.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Halte- und Befreiungstechniken können die SchülerInnen gefahrlos selbstständig entwickeln</li> </ul>

Bewertung der Halte- und Befreiungstechniken



## Lernfeld Spielen: Basketball Jahrgang 7

Einheit / Thema (Zeit in h)	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen	Medien-einsatz / Bezug zum Metho- dencurriculum	Fachspezifisches/ Fächerübergreif	zusätzliche Informationen
<p><b>Teil I</b> (1 UE) Hinführung über kleine Spiele/ Struktur des Basketball (Spielidee und vorausgesetzte Techniken) erkennen</p> <p><b>Teil II</b> (5-6 UE) Technik- und Regelerwerb, sowie Anwendung in vereinfachten Spielformen</p> <p><b>Teil III</b> (3 UE) Mannschaftstaktik / Hinführung zu 5:5 bzw. 3:3 (Differenzierung nach Leistung)</p>	<p>... vergleichen unterschiedliche Spiele</p> <p>... behandeln im Spiel alle Spielbeteiligten fair.</p> <p>... wenden elementare Techniken in Spielsituationen an.</p> <p>... beherrschen in spielgemäßen Situationen (1:1, 2:2, 3:3) grundlegende Fertigkeiten (Passen/Fangen, Dribbling, Sternschritt, Standwurf, Korbleger) in Grobform.</p> <p>... spielen fair und mannschaftsdienlich.</p> <p>... erfüllen ihre Spielerrolle nach Vorgaben.</p> <p>... beherrschen einfache taktische Verhaltensweise in der <b>Situation „Angriff“</b>: Entscheidung: Schießen, Passen, Dribbeln.</p> <p>... beherrschen einfache taktische Verhaltensweise in der <b>Situation „Verteidigung“</b>: Position zwischen Gegenspieler und Korb bei Manndeckung einnehmen und möglichst einhalten.</p> <p>... wenden elementare Techniken in Spielformen an (Bsp. 3:3).</p>	<p>... erkennen Strukturelemente des Basketball (Spielidee, grundlegend wichtige Fertigkeiten, wie Fangen/Passen, Dribbeln, Wurf, Verteidigung) über kleine Spiele</p> <p>... verstehen Strukturelemente und Regeln des Basketballs.</p> <p>... erkennen unterschiedliche Anforderungen von Spielsituationen (Schießen, Passen, Dribbeln)</p> <p>... gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um.</p> <p>... übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der Mannschaft.</p> <p>...verstehen unterschiedliche Anforderungen in Situation „Angriff“ und Situation „Verteidigung“ beim Basketball über die vereinfachten Situationen 1:1, 2:2, 3:3 (Streetball?).</p> <p>... beherrschen taktische Maßnahmen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>möglicherweise Gruppenarbeit zu unterschiedlichen kl. Spielen (Spielideen vergleichen)</li> <li>Lernkarten/ Stationenlernen zu unterschiedlichen Passvarianten</li> <li>zu Dribblinganforderungen (versch. Hindernisse)</li> <li>evtl. Bildmaterial/ Video zu Wurf und Korbleger</li> <li>Taktikboard oder Spielfeldkarten zur Selbsterarbeitung von sinnvollen Aufstellungen (Positionen)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>über Spielideen von Turmball, Zehnerfangen (10 Pässe) , Reboundball zu unterschiedlichen technischen Voraussetzungen des Basketballs kommen</li> <li>Partnerübungen zu Passen und Fangen in der Halle</li> <li>dabei Einbau: Sternschritt</li> <li>Standwurf nach visueller Vorgabe (Foto/ Video/ Können) und Einführung der Merkmale: Fahrstuhl, Tablett, Kobra.</li> <li>Rhythmisierung des Dribbelns als Voraussetzung für Korbleger (Musik, Hindernisse/ Markierungen)</li> <li>in Spielformen Überzahlsituationen als Vereinfachung(z.B.Passen/ Fangen 2:1</li> <li>Verteidigung Manndeckung in 1:1 Situation (Position zwischen Gegner und Korb)</li> <li>möglicherweise unterschiedliche Spielsituationen (1:1, 2:1, etc.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexion und Vergleich unterschiedlicher Spiele</li> <li>auch möglich Einführung und Vergleich Basketball mit kl. Spielen</li> <li>Technikerwerb , z.B. spielgemäß</li> <li>Anpassung der Spielregeln je nach vermittelter Technik (Fangen/ Passen keine übermäßige Förderung der Verteidigung um Erfolgserlebnisse im Angriff nicht zu verhindern</li> <li>möglich Streetballturnier klassenintern</li> <li>Reflexion über Anforderungen unterschiedlicher Spielsituationen durch die angebotenen Spielformen (1:1, 2:1, 2:2, 3:2, 3:3; siehe prozessbezogene Kompetenzen)</li> </ul>

**Lernfeld Spielen – Volleyball Jahrgang 8**

<b>Einheit / Thema (Zeit in h)</b>	<b>Inhaltsbezogene Kompetenzen</b>	<b>Prozessbezogene Kompetenzen</b>	<b>Medien- einsatz / Bezug zum Metho- dencurriculu m</b>	<b>Fachspezifisches/ Fächerübergreif</b>	<b>zusätzliche Informatione n</b>
--	--	--	--	--	---

<p><u>Kleinfeld</u> - und <u>Minivoll</u> <u>eyball</u> (3:3)</p>	<p>-erfüllen ihre Spielerrolle nach Vorgaben. - in spielgemäßen Situationen grundlegende Fertigkeiten in Grobform. -beherrschen einfache taktische Verhaltensweisen. -beschreiben einfache taktische Verhaltensweisen. -gestalten einfache Spielprozesse. spielen fair und mannschaftsdienlich.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erkennen Anforderungsprofile von einfachen Spielsituationen.</li> <li>• erkennen Strukturelemente und Regeln eines Spiels.</li> <li>• nehmen sich in ihrer Spielerrolle wahr.</li> <li>• verstehen ihre Spielerrolle.</li> <li>• verstehen Spielprozesse.</li> <li>• übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der Mannschaft.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stationen lernen zum Pritschen</li> <li>• Bewegungsreihen zu den einzelnen Techniken</li> </ul> <p>Taktik-board</p>	<p>Vorbereitende Spiele mit u. ohne Ball über die Schnur:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 mit 1, 1 gegen 1</li> <li>• 2 mit 2, ...</li> <li>• Positionsgebundener Angriffsaufbau im offenen u. geschlossenen Dreieck</li> <li>• Rotation</li> <li>• Angriff- u. Abwehrverhalten</li> </ul> <p>Techniken (hierarchisch):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pritschen</li> <li>• Baggern</li> <li>• Driveschlag</li> <li>• Aufschlag von unten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papageorgiou, A. und Czimek, V. (2007) Volleyball spielerisch lernen. Aachen: Meyer &amp; Meyer.</li> </ul> <p>- DVD Volleyball I u. II (im Medienraum vorrätig)</p> <p>- Bildtafeln zum Pritschen, Baggern und Schmetterschlag</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniken spielnah einführen</li> <li>• Nur 2-3 Bewegungsmerkmale</li> </ul>
---	---	--	--	---	--

**Midivoll  
eyball  
(4:4)**

-erfüllen ihre Spielerrolle nach Vorgaben.  
-wenden elementare Techniken in Spielen an.  
-beherrschen taktische Maßnahmen.  
-taktische Maßnahmen.  
-gestalten Spielprozesse.  
-spielen fair und mannschaftsdienlich.

- verstehen Anforderungsprofile von Spielsituationen.
- verstehen Strukturelemente und Regeln eines Spiels.
- nehmen sich in ihrer Spielerrolle wahr.
- verstehen ihre Spielerrolle.
- verstehen Spielprozesse.
- übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der Mannschaft.
- schätzen Spielsituationen entsprechend der ausgewählten Regeln ein.

**Taktik-  
board**

- Erst 4 mit 4, dann 4 gegen 4
- Rotation
- Angriff- u. Abwehrverhalten
- Positionsgebunde ner  
Angriffsaufbau über die Vorderspieler im Halbkreis oder in der Zickzackaufstellu ng
- Positionsgebunde ner  
Angriffsaufbau über Position III
- ... über Position II bei guten Sportklassen

Techniküber-  
prüfung im  
Pritschen,  
Baggern  
undAufschlag  
von unten

**Vom  
Midivoll  
eyball  
zum  
Spiel 6  
gegen 6**

s.o.

s.o.

s.o.

- Erst 6 mit 6, dann 6 gegen 6
- Rotation
- Angriff- u. Abwehrverhalten
- Annahme im Fünferriegel (W-Formation) und Zuspiel über Position III
- ... über Position II
- Besondere Funktion der Position VI

Spielprüfung

Volleyballturni



(in guten Klassen)

er

Techniken:

- Schmetterschlag
- Block
- Aufschlag von oben

(Kleinfelder  
und Großfeld  
im  
Februar oder  
März)

## Lernfeld Spielen Badminton Jahrgang 8

<p><i>Badminton</i></p> <p><b>Jg. 8</b> Std (12) Begleitend</p> <p>Februar bis Sommerferien</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organisieren Spiele unter spezifischen Zielsetzungen</li> <li>• Entwickeln Spiele</li> <li>• Wenden komplexe Regeln an</li> <li>• Treffen angemessene Handlungsentscheidungen</li> <li>• Wenden komplexe Bewegungsformen und Techniken situationsangemessen an</li> <li>• Wenden taktische Maßnahmen situationsangemessen an</li> <li>• Gestalten Spielprozesse eigenständig</li> <li>• Setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein</li> <li>• Führen Schiedsrichtertätigkeit in eigener Verantwortung aus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schätzen das Anforderungsprofil komplexer Spielsituationen angemessen ein</li> <li>• Sind sich ihrer Handlungsentscheidungen bewusst</li> <li>• Sind sich der Verantwortung ihrer Spielerrolle bewusst</li> <li>• Reflektieren Spielprozesse</li> <li>• Verbalisieren taktische Maßnahmen problemorientiert</li> <li>• Reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels</li> <li>• Übernehmen eigenständig Verantwortung als Schiedsrichter</li> </ul> <p>(<b>Vertiefung</b> erfolgt in 9 und 10)</p>	<p>technische Fertigkeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Überkopf-Clear</li> <li>• Smash und Drop in Grobfo</li> <li>• Angabe</li> <li>• u.a.</li> </ul> <p>taktische Fähigkeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• differenziertes Handeln in Angriff- und Abwehrsituati</li> <li>• Einnehmen der Zentralposi</li> <li>• u.a.</li> </ul>
---	---	---	---

# Lernfeld Spielen Handball Jahrgang 9

Einheit / Thema Zeit in h)	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen	Medieneinsatz / Bezug zum Methoden- curriculum	Fachspezifisches / Fächerübergreif	Zusätzliche Informationen
Lernfeld <i>Spiele</i> <b>Jg. 9</b> Std. (10 begleitend/ Weihnacht s- Osterferie n)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organisieren Spiele unter spezifischen Zielsetzungen</li> <li>• Entwickeln Spiele</li> <li>• Wenden komplexe Regeln an</li> <li>• Treffen angemessene Handlungsentscheidungen</li> <li>• Wenden komplexe Bewegungsformen und Techniken situationsangemessen an</li> <li>• Wenden taktische Maßnahmen situationsangemessen an</li> <li>• Gestalten Spielprozesse eigenständig</li> <li>• Setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Führen Schiedsrichtertätigkeit in eigener Verantwortung aus</li> </ul> </li> </ul> <p>(Einführung; Vertiefung erfolgt in Jg. 10)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schätzen das Anforderungsprofil komplexer Spielsituationen angemessen ein</li> <li>• Sind sich ihrer Handlungsentscheidungen bewusst</li> <li>• Sind sich der Verantwortung ihrer Spielerrolle bewusst</li> <li>• Reflektieren Spielprozesse</li> <li>• Verbalisieren taktische Maßnahmen problemorientiert</li> <li>• Reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels</li> <li>• Übernehmen eigenständig Verantwortung als Schiedsrichter</li> </ul> <p>(Einführung; Vertiefung erfolgt in Jg. 10)</p>	Taktiktafel  DVD Handball 1 u 2  DVD Trainingsbausteine für die C-Jugend  DVD 2 Spezifisches Athletiktraining  DVD Koordinationstraining  GUV-SI 8071 Handball – attraktiv und sicher vermitteln	technische Fertigkeiten: <ul style="list-style-type: none"> <li>• fangen und passen</li> <li>• zielorientiertes Werfen</li> <li>• situationsangemessene Varianten des Sprungwurfs               <ul style="list-style-type: none"> <li>• u.a.</li> </ul> </li> </ul> taktische Fähigkeiten: <ul style="list-style-type: none"> <li>• differenziertes Handeln in Angriff- und Abwehrsituationen</li> <li>• Überzahlspiel (z.B. Tempogegenstoß)               <ul style="list-style-type: none"> <li>• u.a.</li> </ul> </li> </ul>	Am Beispiel Handball sollen die inhaltsbezogenen und prozessbezogenen Kompetenzen erworben werden.  <p><b><u>Handballturnier</u></b>  <b><u>(kurz vor den Osterferien)</u></b></p>



## Inline-Skating Jahrgang 10

Einheit / Thema (Zeit)	Inhaltsbezogene Kompetenzen Die SuS...	Prozessbezogene Kompetenzen Die SuS...	Medieneinsatz / Bezug zum Methoden- Curriculum	Fachspezifisches / Fächerübergreif	Zusätzliche Informationen
<b>Gerät u. Schutzausrüstung</b>  +  <b>Fahrtechnik</b>  <b>Std. (10)</b>  <b>Klasse 10</b>	...bewegen sich kontrolliert in der Gruppe mit einem rollenden oder gleitenden Gerät fort, können die Richtung gezielt ändern und bremsen  ...übertragen Bewegungsfertigkeiten auf andere Geräte (Ende Jg. 10)  ...verfügen über Materialkenntnisse und kennen Notfallmaßnahmen bei Unfällen (Ende Jg. 10)	...beschreiben Bewegungsprobleme  ...entwickeln methodische Vorschläge zum Erwerb der Fertigkeiten  ...erkennen die Notwendigkeit von vorhandenen und neu erstellten Regeln (Ende Jg. 6)  ...schätzen sich selbst und andere realistisch ein  ...benennen Art und Verwendungszweck von Notfall- und Schutzmaßnahmen (Ende Jg. 10)	CD <i>Inline-Skating</i>  Camcorder + Laptop + Beamer	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kennenlernen des Geräts u. der Ausrüstung</li> <li>- Geradeausfahren vwr</li> <li>- Bremsen: Stopper, T-Bremse Powerslide</li> <li>- richtig Fallen: seitliches Fallen, Abstützen, Kniestopp</li> <li>- Kurven fahren: normal u. übersetzen</li> <li>- versch. Vortriebstechniken: Skatingschritt, parallel schwingen, Außenkanten etc.</li> <li>- Hindernisse übersteigen / -springen</li> <li>- Slalom</li> <li>- Drehungen 180° und 360°</li> </ul>	Synergien (und Anregungen) möglich mit: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Waveboard</li> <li>- Skateboard</li> <li>- Snakeboard</li> <li>- Eislaufen</li> <li>- Rollschuhlaufen</li> </ul>
<b>Ausdauerndes Fahren</b>	...s.o.  <u>zusätzlich:</u> ...bewältigen eine gegebene Strecke	...s.o.  <u>zusätzlich:</u> ...gestalten unter Berücksichtigung	Pylonen, Maßband	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sprint</li> <li>- längere Distanzen / Ausdauerlauf</li> <li>- Parcours</li> </ul>	

## Inline-Skating

Einheit / Thema (Zeit)	Inhaltsbezogene Kompetenzen Die SuS...	Prozessbezogene Kompetenzen Die SuS...	Medieneinsatz / Bezug zum Methoden- Curriculum	Fachspezifisches / Fächerübergreif	Zusätzliche Informationen
<b>Gerät u. Schutzausrüstung</b>  +  <b>Fahrtechnik</b>  <b>Std. (10)</b>  <b>Klasse 10</b>	...bewegen sich kontrolliert in der Gruppe mit einem rollenden oder gleitenden Gerät fort, können die Richtung gezielt ändern und bremsen  ...übertragen Bewegungsfertigkeiten auf andere Geräte (Ende Jg. 10)  ...verfügen über Materialkenntnisse und kennen Notfallmaßnahmen bei Unfällen (Ende Jg. 10)	...beschreiben Bewegungsprobleme  ...entwickeln methodische Vorschläge zum Erwerb der Fertigkeiten  ...erkennen die Notwendigkeit von vorhandenen und neu erstellten Regeln (Ende Jg. 6)  ...schätzen sich selbst und andere realistisch ein  ...benennen Art und Verwendungszweck von Notfall- und Schutzmaßnahmen (Ende Jg. 10)	CD <i>Inline-Skating</i>  Camcorder + Laptop + Beamer	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kennenlernen des Geräts u. der Ausrüstung</li> <li>- Geradeausfahren vwr</li> <li>- Bremsen: Stopper, T-Bremse Powerslide</li> <li>- richtig Fallen: seitliches Fallen, Abstützen, Kniestopp</li> <li>- Kurven fahren: normal u. übersetzen</li> <li>- versch. Vortriebstechniken: Skatingschritt, parallel schwingen, Außenkanten etc.</li> <li>- Hindernisse übersteigen / -springen</li> <li>- Slalom</li> <li>- Drehungen 180° und 360°</li> </ul>	Synergien (und Anregungen) möglich mit: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Waveboard</li> <li>- Skateboard</li> <li>- Snakeboard</li> <li>- Eislaufen</li> <li>- Rollschuhlaufen</li> </ul>
<b>Ausdauerndes Fahren</b>	...s.o.  <u>zusätzlich:</u> ...bewältigen eine gegebene Strecke	...s.o.  <u>zusätzlich:</u> ...gestalten unter Berücksichtigung	Pylonen, Maßband	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sprint</li> <li>- längere Distanzen / Ausdauerlauf</li> <li>- Parcours</li> </ul>	

<b>Einheit / Thema (Zeit in h)</b>	<b>Inhaltsbezogene Kompetenzen</b>	<b>Prozessbezogene Kompetenzen</b>	<b>Medien- einsatz / Bezug zum Metho- dencurricu- lum</b>	<b>Fachspezifisches/ Fächerübergreif</b>	<b>zusätzliche Informationen</b>
<p>I. Hinführung zum Unihockey (Spielidee im Rekurs auf kleine Zielschussspiele mit Schläger erfassen) (1 Doppelst.)</p> <p>II. Erwerb spezifischer technischer Fertigkeiten, eines taktischen Handlungsrepertoires und von Regelkenntnis</p> <p>Umsetzung in Spielsituationen (4-7 Doppelst.)</p>	<p>Erfassen, das Ziel des Spiels und die vorhandenen Möglichkeiten des Spiels mit dem Schläger</p> <p>beherrschen Schlägergriff und -haltung, zeigen eine angemessene Körperhaltung</p> <p>verfügen über grundlegende Fertigkeiten des Spiels in 1:1 Situationen (Passen, Ziehen, Schieben, Annehmen, Dribbeln, Schießen), auch unter Einsatz des Fußes</p> <p>wenden die technischen Fertigkeiten in zunehmend komplexen Spielsituationen an (2:2; 3:3, 4:4)</p>	<p>Übertragen Strukturelemente anderer Zielschussspiele auf die situativen Veränderungen des Spielgeräts und entwickeln ein Spiel</p> <p>reflektieren und erfassen die speziellen Eigenschaften und Gefahren des Unihockeyschlägers und des Balles in Analogie und im Unterschied zu anderen Sportspielgeräten.</p> <p>legen in Analogie zu anderen Zielschussspielen Regeln zur Verwendung des Schlägers fest.</p> <p>wenden komplexe Regeln an</p> <p>Erkennen die spezifischen Anforderungen von Spielsituationen (Angriff / Verteidigung)</p>	<p>Selbstständiges Ausprobieren in Kleingruppen</p> <p>Lernkarten</p> <p>Stationenlernen</p> <p>Einsatz von Hindernissen und veränderlichen Zielen in Dribbel- und Torschussparcours</p> <p>Standards von</p>	<p>Internetrecherche zur Zusammenstellung von Regeln des Unihockey</p> <p>Übertragen Individualtaktisches und gruppentaktisches Handeln aus anderen Zielschussspielen: Freilaufen, Anbieten Doppelpass, Absichern Raumdeckung, Manndeckung</p>	<p>Die SuS führen ein Unihockeyturnier durch und werden in dessen Organisation mit einbezogen.</p>



	setzen Körper und Schläger im Spiel regelkonform ein	reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels  führen Schiedsrichtertätigkeit in eigener Verantwortung aus.	Übungsformen (Schwedenskreisel u.ä.)  Entwicklung von Regelkarten		
--	--	---	--	--	--