

Sport - Schulcurriculum Klasse 5

*Copernicus
Gymnasium*

In Klasse 5 und 6 wird der Sportunterricht (dem Bewegungsdrang der Kinder entsprechend) mit 4 Wochenstunden durchgeführt, die nach Möglichkeit in Form zweier Doppelstunden stattfinden sollen.

Ein besonderer Schwerpunkt der Klasse 5 (und auch Klasse 6) ist der Inhaltsbereich „Bewegen im Wasser“. Mit dem Anliegen, jedem Kind die Bedeutung, aber auch die Fertigkeit des Schwimmens näherzubringen, werden insbesondere die Nichtschwimmer und Halbschwimmer in Form einer Arbeitsgemeinschaft gefördert, um eine schnellstmögliche Integration in den „normalen“ Schwimmunterricht sicherzustellen. Den Nichtschwimmern werden bis zur Aufarbeitung ihrer Defizite entsprechend Sonderregelungen in der Notengebung eingeräumt. Diese sind auf dem internen Portfolio zu finden.

Der Inhaltsbereich „Fitness entwickeln“ wird in Klasse 5 als eigenständige Einheit, in Klasse 6 integriert unterrichtet. Um die individuelle (Lauf)Ausdauerleistung zu dokumentieren bzw. zu prüfen, wird in Klasse 5 ein 20minütiger CopGym-Lauf und in Klasse 6 ein 25minütiger CopGym-Lauf durchgeführt. Im Schwimmen sollen die Schülerinnen und Schüler in Klasse 5 10 Minuten bzw. in Klasse 6 15 Minuten ohne Unterbrechung schwimmen können.

In Klasse 5 wird außerdem der schulübergreifende Campussporttag durchgeführt, der dem Kooperationsgedanke auch über die Grenzen des Gymnasiums hinaus Rechnung tragen soll sowie den Spaß an der Bewegung in den Vordergrund stellt.

Die Inhaltsbereiche des Wahlpflichtbereichs „Miteinander/gegeneinander kämpfen“ und „Fahren, Rollen, Gleiten“ können entweder beide - wie in der Tabelle ausgewiesen - in beiden Schuljahren mit jeweils mindestens 4 Stunden unterrichtet werden oder einzeln auf die Klasse 5 und 6 mit einer jeweils mindestens 8-stündigen Einheit verteilt werden.

Bei der **Jahresplanung** wird von vier Stunden pro Woche und ca. 35 Schulwochen ausgegangen.

Inhaltsbereich		Klasse	
		5	6
1	Spielen	20	20+2*
2	Laufen, Springen, Werfen	20	20+2*
3	Bewegen an Geräten	20	20+2*
4	Bewegen im Wasser	20	20
5	Tanzen, Gestalten, Darstellen	10	10
6	Fitness entwickeln	6	*integriert
WP1	Miteinander/gegeneinander kämpfen	4	4
WP2	Fahren, Rollen, Gleiten	4	4
Summe der Unterrichtsstunden		104	104
Verbleibende Freiräume/Schulcurriculum		36	36
Gesamtstunden		140	140

Pflichtbereich 3.1.1.1: Spielen		ca. 20 Stunden	
<p>Im Inhaltsbereich „Spielen“ sollen folgende sportpädagogische Perspektiven umgesetzt werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Sportpädagogische Perspektiven: z.B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern</i> • <i>Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen</i> <p>Im Sinne der integrativen Sportspielvermittlung werden Gemeinsamkeiten der Sportspiele hervorgehoben.</p>			
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Bemerkungen
Die Schülerinnen und Schüler können			
<p>2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden und sachgerecht nutzen</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen</p> <p>2.3 Personalkompetenz 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren</p>	<p>(1) sportspielübergreifende technische [...] und taktische Basisfertigkeiten und -fähigkeiten [...] in Kleinen Spielen [...] und kleinen Sportspielen anwenden (2) die erlernten sportspielspezifischen Bewegungs- und Balltechniken [...] anwenden (3) sportspielspez. Bewegungs- und Balltechniken und ihre individual- und gruppentakt. Maßnahmen mit unterschiedl. Spielgeräten und Regeln anwenden (5) [...] Sinnrichtung / Sinnrichtungen erkennen (6) grundlegende Handlungen in Angriff und Abwehr nennen und beschreiben (7) Spielregeln in Kleinen Spielen und Spielformen benennen und einhalten (9) einfache Spielleitungsaufgaben</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Wir lernen vielseitig und erfolgreich spielen.</p> <p>Kleine Spiele, z. B. Parteiball, Burgball, Wandball, Aufsetzerball, Stangentorball, Ball über die Schnur</p> <p>Technik: Passen, Fangen, Prellen, Schlagwurf, Werfen ohne und mit Zeit- und Gegnerdruck</p> <p>Taktik: Freilaufen, Ball zum Ziel bringen, Lücke erkennen, Verteidigung zwischen Gegner und Ziel, Anbieten, Freilaufen, Angriffssituationen lösen</p> <p>Regeln: Feldbegrenzungen, Ausregel, Arten der Mannschaftsbildung, Einführung des Themas Schiedsrichtertätigkeit</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Verwendung von unterschiedlichen Spielgeräten • Schülerinnen und Schülern wird die Kontrolle einzelner Regeln übertragen • Thematisierung der Kommunikation (Blickkontakt, Handzeichen, Zuruf etc.) • Thematisierung der Fairness (z. B. heterogene und homogene Gruppen bilden und Emotionen reflektieren) <p>L PG, BTV</p>

	übernehmen (10) den Unterschied zwischen fairem und unfairem Verhalten erkennen und [...] anwenden (11) ihre Emotionen unter Anleitung reflektieren (z.B. bei der Teambildung) und kontrollieren (z.B. bei Schiedsrichterentscheidungen)		
Pflichtbereich 3.1.1.2: Laufen, Springen, Werfen			ca. 20 Stunden
Im Inhaltsbereich „Laufen, Springen, Werfen“ sollen folgende sportpädagogische Perspektiven umgesetzt werden: <ul style="list-style-type: none"> • <i>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern</i> • <i>Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen</i> • <i>Das Leisten erfahren und reflektieren</i> Der Schwerpunkt liegt auf dem spielerischen, fähigkeitsorientierten und erlebnisintensiven Sammeln und Erweitern von grundlegenden Bewegungserfahrungen (unter Beachtung des Prinzips der Vielseitigkeit und Vielfältigkeit).			
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Bemerkungen
Die Schülerinnen und Schüler können			
2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden und sachgerecht nutzen 2.3 Personalkompetenz 6. in sportlichen	(1) schnell und gewandt laufen, weit und/oder hoch springen und weit und zielgenau werfen (3) [...] Sinnrichtung / Sinnrichtungen erkennen (4) eigene Leistungsentwicklung erkennen und benennen (5) eigene Bewegungen wahrnehmen	Um die Wette laufen: schnell, gewandt und rhythmisch Lauftechnik: Ballenlauf, Kniehub, Armeinsatz, Kauerstart, schnell laufen mit Richtungs- und Tempowechseln Sprintspiele und Reaktionsspiele, Staffeln, Risikosprints Kurze Strecken	<ul style="list-style-type: none"> • vielfältige Erfahrungen ermöglichen, auch durch die Einbeziehung von Geländeformen (z. B. im Dreibeinlauf, mit Schrittvariationen (Frequenz), über Hindernisse, Slalom) • Kombinationen, z. B. Laufen mit Springen, Laufen mit

Handlungssituationen ihre Aufmerksamkeit steuern	(6) Inhalte und Regeln eines Wettbewerbs entwickeln [...]		Werfen (Biathlon) L BNE, PG
		<p>Wir sammeln vielfältige Bewegungserfahrungen mit unterschiedlichsten Wurfgeräten.</p> <p>Wurftechnik: 3-Schritt-Anlauf, langer Arm (schleudern)</p> <p>Vielfältig werfen mit verschiedenen Bällen, Reifen (schleudern), Medizinball (stoßen), Zonenweitwurf</p>	<ul style="list-style-type: none"> Durch unterschiedliche Wurfgeräte, -arten, -aufgaben vielfältige Erfahrungen ermöglichen <p>L PG</p>
		<p>Wir erleben die Vielfalt des Springens: weit, hoch, mehrfach.</p> <p>Sprungtechnik: ein-/beidbeinig abspringen, aus dem Anlauf weit springen (Schritttechnik oder Hocktechnik) und / oder hoch springen (Schersprung), Mehrfachsprünge ausführen</p> <p>Einbeinige Sprünge aus dem Anlauf: Hoch-Weitsprung über Hindernisse, Additionszonenweitsprung, Watussi-Sprung, Sprunggarten</p>	<ul style="list-style-type: none"> Vergleich mit turnerischen Sprüngen möglich <p>L PG</p>
Pflichtbereich 3.1.1.3: Bewegen an Geräten			ca. 20 Stunden
<p>Im Inhaltsbereich „Bewegen an Geräten“ sollen folgende sportpädagogische Perspektiven umgesetzt werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen Etwas wagen und verantworten 			

Ziel des Unterrichts ist es, die Vielfalt der Bewegungsmöglichkeiten im Raum durch Geräte zu erfahren, um so vielfältige und vielseitige Bewegungserfahrungen zu sammeln. Dazu bewegen sich die Inhalte teils näher am Gerätturnen, teils näher am normungebundenen Turnen sowie dem Abenteuerturnen. Gruppengestaltungen und Gemeinschaftspräsentationen bieten Möglichkeiten und Anreize zur Kooperation.

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Bemerkungen
Die Schülerinnen und Schüler können			
<p>2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen</p> <p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. aus den eigenen [...] Stärken und Schwächen [...] Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen verlässlich helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 4. in Übungs- und</p>	<p>(1) turnerische Grundtätigkeiten [...] an unterschiedlichen Geräten [...] und Gerätekombinationen anwenden (3) einfache akrobatische Figuren [...] paarweise und in der Gruppe ausführen (4) den Auf- und Abbau von Turngeräten sachgerecht ausführen (5) einfache Helferhandlungen ausführen [...] (6) [...] Sinnrichtung/Sinnrichtungen erkennen (7) Maßnahmen des Helfens und Sicherns benennen (8) in Wagnissituationen verantwortungsbewusst handeln (10) gemeinsam eine Gruppenpräsentation [...] nachgestalten und präsentieren</p>	<p><i>Wir sammeln Bewegungserfahrungen an Geräten und Gerätekombinationen.</i> Helfergriffe einüben (Klammergriff) Geräte auf- und abbauen Boden: Rollen in Variationen, Handstandvariationen, Rad Reck: Stützen, Schwingen, Rollen, Hangeln</p> <p><i>Wir erarbeiten eine turnerisch-akrobatische Gruppenpräsentation.</i> Erproben einfacher akrobatischer Elemente (z. B. Flieger) Erproben von Bodenelementen (z. B. rollen, auf den Händen stehen) Entwicklung einer Gruppenkür (aus Grundtätigkeiten, akrobatischen Elementen und turnerischen Bewegungsfertigkeiten)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • offene und gebundene Aufgaben zum „Rollen“ • Lernen durch erleichterte Bedingungen • Binnendifferenzierung durch sukzessives Erschweren der Bewegungsfertigkeiten • Stationenlernen mit differenzierten Aufgaben • Thematisierung von Helfen und Sichern <p>L PG, BTV</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lernaufgaben • Gestaltungsaufgaben • Sicherheitsaspekte beachten • Kriterien für Gruppenpräsentation <p>L PG, BTV, MB</p>

Wettkampfsituationen verantwortungsvoll handeln [...] 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren			
Pflichtbereich 3.1.1.4: Bewegen im Wasser			ca. 20 Stunden
<p>Im Inhaltsbereich „Bewegen im Wasser“ sollen folgende sportpädagogische Perspektiven umgesetzt werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern</i> • <i>Das Leisten erfahren und reflektieren</i> <p>Ziel des Unterrichts ist es, die Besonderheiten des Bewegens im Wasser experimentierend zu erfahren (Auftrieb, Widerstand, Gleiten) und damit das Wasserbewegungsgefühl als Basis der Schwimmfähigkeit zu entwickeln. Darauf aufbauend erwerben bzw. vertiefen die Schülerinnen und Schüler die grundlegenden Bewegungsabläufe von Schwimmtechniken, um sich flüssig und sicher im Wasser fortzubewegen.</p>			
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Bemerkungen
Die Schülerinnen und Schüler können			
2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen 2.4 Sozialkompetenz 4. in Übungs- und Wettkampfsituationen verantwortungsvoll handeln [...]	(1) gleiten und schweben, Delfinsprünge ausführen, springen [...] und tauchen (3) grundlegende Bewegungsabläufe von zwei weiteren Schwimmtechniken ausführen [...] (5) [...] Sinnrichtung / Sinnrichtungen erkennen (6) Bade- und Sicherheitsregeln benennen und anwenden	Mein Körper im Wasser Vielfältige Bewegungserfahrungen beim Gleiten, Schweben und Tauchen sammeln (auch mit verschiedenen Geräten und Materialien) Vielfältige Sprünge erproben Verstehen und Anwenden des Prinzips „Antrieb erzeugen“, „Widerstand vermeiden“	<ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Erfahrungen aufgreifen, z. B. ins Wasser ausatmen • Prinzip des Gleitens und Wasserfassens, z. B. Tiere imitieren • reflektierter Umgang mit Wagnissituationen • Bade- und Sicherheitsregeln, z. B. als Lernaufgabe • Schwimmbewegungen in Bauch- und Rückenlage mit Gleich- und

<p>5. den Unterschied zw. fairem und unfairem Handeln erkennen und sich selbst fair verhalten [...]</p>	<p>(2) eine Schwimmtechnik mit Start und Wende demonstrieren</p> <p>(4) ihre Schwimmtechnik an ausdauerndes bzw. schnelles Schwimmen anpassen</p> <p>(7) einen schwimmspezifischen Organisationsrahmen einhalten</p> <p>(8) Regeln bei Wettbewerben anwenden</p>	<p><i>Wir schwimmen schnell und ausdauernd.</i></p> <p>Kraulschwimmen lernen Technik 25 Meter Kraulschwimmen in Grobform Startsprung demonstrieren 10 Minuten ohne Unterbrechung schwimmen</p>	<p>Wechselschlagbewegungen</p> <p>L PG</p> <p>F BNT</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schwimmtechniken werden durch vielfältige Bewegungsaufgaben, auch unter Verwendung von Materialien, entwickelt und ausgeführt • spielerische Übungen und Wettbewerbe als Gruppen- und Klassenwettkämpfe • weitere spielerische Technikerfahrungen ermöglichen • ausdauernd schwimmen auch mit wechselnden Techniken, spielerische Ausdauererschulung <p>L PG</p>
<p>Pflichtbereich 3.1.1.5: Tanzen, Gestalten, Darstellen</p>			<p>ca. 10 Stunden</p>
<p>Im Inhaltsbereich „Tanzen, Gestalten, Darstellen“ sollen folgende sportpädagogische Perspektiven umgesetzt werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Sich körperlich ausdrücken und Bewegungen gestalten</i> • <i>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern</i> • <i>Gemeinsam handeln, Wettkämpfen und sich verständigen</i> <p>Ziel des Unterrichts ist es, die Bewegungsvielfalt des eigenen Körpers wahrzunehmen und sich durch freie Bewegung und gymnastische Grundformen im Rhythmus von Musik darzustellen. Gruppengestaltungen und Gemeinschaftspräsentationen bieten Möglichkeiten und Anreize zur Kooperation.</p>			

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Bemerkungen
Die Schülerinnen und Schüler können			
<p>2.1 Bewegungskompetenz 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 3. Bewegungen gestalten und sich durch Bewegung ausdrücken</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen</p> <p>2.3 Personalkompetenz 2. aus den eigenen [...] Stärken und Schwächen [...] Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren 6. in sportlichen Handlungssituationen ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen verlässlich helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 6. bei sportlichen Aktivitäten</p>	<p>(1) gymn. Grundformen auch in Verbindungen [...] ausführen</p> <p>(2) vorgeg. Bewegungen in einfachen Verbindungen zum Rhythmus von Musik umsetzen</p> <p>(4) ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität umsetzen [...]</p> <p>(5) einfache Aufstellungsformen umsetzen</p> <p>(6) [...] die Sinnrichtung/Sinnrichtungen erkennen</p> <p>(7) ausgewählte Gestaltungskriterien [...] erkennen und benennen</p> <p>(8) grundlegende Gerätetechniken benennen [...]</p> <p>(9) Merkmale von Bewegungsqualität bei anderen erkennen und benennen [...]</p> <p>(10) gestalterische Bewegungsaufgaben [...] in der Gruppe lösen [...]</p>	<p><i>Wir bewegen uns gemeinsam rhythmisch.</i></p> <p>Erarbeiten einer Gruppenchoreografie: Erarbeitung der Grundschritte aus den Grundformen Gehen, Drehen und Hüpfen (z. B. kick ball change)</p> <p>Vorgegebene Variationen: Reihenfolge der Schritte, Aufstellungsform und Raumwege</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Vermittlung der Grundschritte nach dem Bausteinprinzip • Präsentation • Videoaufnahmen (-analysen) möglich <p>Gestaltungskriterien z.B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Raumwege • Aufstellungsformen • Dynamik / Bewegungsgeschwindigkeit <p>L PG, BTV, MB</p> <p>F MUS</p>
<p>2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 6. bei sportlichen Aktivitäten</p>	<p>(3) einfache Techniken [...] mit verschiedenen Materialien [...] und Geräten [...] ausführen</p> <p>(5) einfache Aufstellungsformen</p>	<p><i>Wir gestalten eine Bewegungsverbindung mit einem Handgerät.</i></p> <p>Erlernen verschiedener Bewegungsformen und Gestaltung einer Bewegungsverbindung allein</p>	<ul style="list-style-type: none"> • möglich mit Musikunterstützung • Differenzierung durch Gruppengröße und Bewegungsvarianten

kommunizieren, kooperieren und konkurrieren	umsetzen (10) gestalterische Bewegungsaufgaben [...] in der Gruppe lösen [...]	und/oder mit anderen	<ul style="list-style-type: none"> • Videoaufnahmen (-analysen) möglich Technik z.B. <ul style="list-style-type: none"> • Rollen • Schwingen • Werfen Material oder Geräte z.B. <ul style="list-style-type: none"> • Jongliertücher • Alltagsgegenstände • Seile • Verschiedene Bälle L PG, BTV, MB F MUS
Pflichtbereich 3.1.1.6: Fitness entwickeln			ca. 6 Stunden
<p>Im Inhaltsbereich „Fitness entwickeln“ sollen folgende sportpädagogische Perspektiven umgesetzt werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern</i> • <i>Das Leisten erfahren und reflektieren</i> • <i>Fitness verbessern und Gesundheitsbewusstsein entwickeln</i> <p>Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit ihrem Körper und seinen Reaktionen sowie ihrer Fitness auseinander. Sie erfahren und deuten körperliche Anstrengung und Regeneration. Sie verbessern spielerisch ihre Fitness in altersgemäßer Form.</p>			
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Bemerkungen
Die Schülerinnen und Schüler können			

<p>2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden und sachgerecht nutzen</p> <p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. aus den eigenen [...] Stärken und Schwächen [...] Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 3. die Bedeutung von Bewegung [...] einschätzen [...] 4. physische und psychische Auswirkungen [...] wahrnehmen und verstehen 6. in sportlichen Handlungssituationen ihre Aufmerksamkeit steuern</p>	<p>(1) in sportlichen Anforderungssituationen entwicklungsgemäß [...] Leistungen erbringen (3) Signale und Reaktionen des eigenen Körpers [...] erkennen und beurteilen (4) ihren Puls messen (5) Vorgänge im Körper im Zusammenhang mit Belastung und Erholung beschreiben [...] (6) die Notwendigkeit sportgerechter Kleidung und die Gefahren von Piercing, Schmuck etc. beim Sport treiben benennen</p>	<p>Wir steigern unsere Fitness – Schwerpunkt Ausdauer. Ökonomisch laufen (z. B. Armführung) Tempogefühl entwickeln Körpersignale deuten (Puls/Atmung/Schweiß) Spielerisches Lauftraining (z. B. Europareise, 6-Tage-Rennen, 6-Tage-Hindernislauf; verschiedene Lauf- und Parteiballspiele; Zeitschätzlauf; Puzzle-Lauf; Alter in Minuten laufen; Fahrtspiel; Intervallspielformen; Laufabzeichen)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Puls messen • Körperwahrnehmung: <ul style="list-style-type: none"> ◦ bei Belastung, Erholung, Entspannung ◦ Schwitzen ◦ Atemnot <p>L PG, BTV, MB</p>
<p>Wahlpflichtbereich 3.1.2.1: Miteinander/gegeneinander kämpfen</p>			<p>ca. 4 Stunden</p>
<p>Im Inhaltsbereich „miteinander/gegeneinander kämpfen“ sollen folgende sportpädagogische Perspektiven umgesetzt werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern</i> • <i>Gemeinsam handeln, Wettkämpfen und sich verständigen</i> <p>Die Schülerinnen und Schüler reflektieren die Unterschiede zwischen Kämpfen und Streiten. Sie sammeln Bewegungserfahrungen im verantwortungsbewussten Umgang mit einer Partnerin/einem Partner und im Kämpfen. Das bedeutet, sie entwickeln Verantwortung gegenüber der Partnerin/dem Partner und schaffen Vertrauen. Der beim Kämpfen notwendige Körperkontakt muss sensibel angebahnt werden.</p>			
<p>Prozessbezogene</p>	<p>Inhaltsbezogene Kompetenzen</p>	<p>Konkretisierung, Vorgehen im</p>	<p>Bemerkungen</p>

Kompetenzen		Unterricht	
Die Schülerinnen und Schüler können			
<p>2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden und sachgerecht nutzen</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 3. das eigene sportliche Handeln selbstbestimmt steuern</p> <p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 3. die Bedeutung von Bewegung [...] einschätzen [...] 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren 6. in sportlichen Handlungssituationen ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 4. in Übungs- und</p>	<p>(1) verschiedene Formen des Zweikämpfens am Boden wie Verdrängen, Schieben, Drehen, Fixieren/Halten und Befreien paarweise und in der Gruppe ausführen und anwenden (2) Taktiken und Strategien auch bei Gruppenwettkämpfen situationsbezogen anwenden [...] (3) [...] Sinnrichtung / Sinnrichtungen erkennen (6) mit der eigenen Kraft situationsangemessen umgehen (7) Rituale ausführen und deren Bedeutung erklären (8) sich regelgerecht und fair [...] verhalten (9) ihre Emotionen unter Anleitung reflektieren und kontrollieren (10) die grundlegenden Regeln des fairen Kämpfens nennen und erläutern (11) Rauf- und Kampfspiele mit Unterstützung variieren und entwickeln [...]</p>	<p>Wir kämpfen regelgerecht.</p> <p>Aufbau von Körperkontakt/Vertrauen zum Partner entwickeln</p> <p>Kennenlernen und Erwerb verschiedener Techniken des Zweikämpfens, z.B. Schieben, Verdrängen, Drehen, Fixieren</p> <p>Variationen: Schülerinnen und Schüler mit unterschiedlicher Begabung und/oder Voraussetzung einbeziehen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Vergleich von Kämpfen im Streit und Kämpfen als sportlicher Wettkampf • Verdeutlichung der Pole Miteinander und Gegeneinander • Bedeutung von Ritualen und Regeln • Zweikampfformen zur Verbesserung der Halte- und Stützkraft (integriert in das Aufwärmen) • auch Handicap-Formen <p>L PG, BTV</p>

<p>Wettkampfsituationen verantwortungsvoll handeln [...] 5. den Unterschied zw. fairem und unfairem Handeln erkennen und sich selbst fair verhalten [...] 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren</p>			
Wahlpflichtbereich 3.1.2.2: Fahren, Rollen, Gleiten			ca. 4 Stunden
<p>Im Inhaltsbereich „Fahren, Rollen, Gleiten“ soll folgende sportpädagogische Perspektive umgesetzt werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern</i> <p>Im Vordergrund steht der Erwerb grundlegender Bewegungserfahrungen und Techniken. Durch den Aufbau von Wissen und das Darstellen von Gefahrensituationen wird die verantwortungsbewusste Teilnahme beim Schlittschuhlaufen ermöglicht.</p>			
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Bemerkungen
Die Schülerinnen und Schüler können			
<p>2.1 Bewegungskompetenz 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 3. Bewegungen gestalten und sich durch Bewegung ausdrücken 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden und sachgerecht nutzen</p> <p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 3. die Bedeutung von Bewegung [...] einschätzen [...] 6. in sportlichen Handlungssituationen ihre</p>	<p>(1) sich mit einem Fahr-, Roll- oder Gleitgerät sicher fortbewegen und grundlegende Techniken ausführen [...] (2) [...] Sinnrichtung / Sinnrichtungen erkennen (3) Gefahrensituationen [...] erkennen, benennen und einschätzen und vereinbarte Sicherheits- und Ordnungsmaßnahmen einhalten (4) die Funktion erforderlicher Schutzausrüstung benennen (5) sich [...] umweltgerecht verhalten</p>	<p>Bewegungserfahrung und Technik</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präzisionsfahren: Schattenfahren, Synchronfahren, Zielfahren • Grundlegende Techniken: Losfahren, Stoppfahren, Kurvenfahren, Balancieren, Beschleunigen, Bremsen, Ausweichen 	<ul style="list-style-type: none"> • Einschätzen des eigenen Leistungsvermögens • Aufgaben zum Einschätzen der eigenen Technik • Videoaufnahmen /(-analysen) möglich • LP BNE, PG, BTV, VB

<p>Aufmerksamkeit steuern 2.4 Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen verlässlich helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 4. in Übungs- und Wettkampfsituationen verantwortungsvoll handeln [...] 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren 7. [...] (z.B. bei der Organisation von Wettkämpfen) unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>	<p>(6) Bewegungsaufgaben allein oder in der Gruppe lösen</p>		
<p>Verbleibende Freiräume</p>			<p>ca. 36 Stunden</p>
<p>Das Schulcurriculum dient einerseits der Übung und Vertiefung, aber auch der Anpassung an die jeweilige Lerngruppe. Somit stehen die verbleibenden 16 Stunden zur freien Verfügung, um beispielsweise</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leistungsmessungen durchzuführen - für anstehende Sportveranstaltungen der Schule zu üben (Mitternachtsvolleyballturnier, Triathlon o.ä.) - vorhandene Defizite aufzuarbeiten - Sportarten weiter zu vertiefen - (neue) Trendsportarten kennen zu lernen <p>In Klasse 5 wird 20 Minuten ausdauernd gelaufen und 10 Minuten ohne Unterbrechung geschwommen. An einem Nachmittag wird schulartübergreifend ein Spiel- und Geräteparcours durchlaufen („Campussporttag“).</p>			

Sport - Schulcurriculum Klasse 6

*Copernicus
Gymnasium*

Pflichtbereich 3.1.1.1: Spielen

ca. 20 + 2 Stunden

Im Inhaltsbereich „Spielen“ sollen folgende sportpädagogische Perspektiven umgesetzt werden:

- *Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern*
- *Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen*
- *Fitness verbessern und Gesundheitsbewusstsein entwickeln*

Im Sinne der integrativen Sportspielvermittlung werden Gemeinsamkeiten der Sportspiele und Besonderheiten der Rückschlagspiele hervorgehoben. Sie erfahren und deuten körperliche Anstrengung und Regeneration. Sie verbessern spielerisch ihre Fitness in altersgemäßer Form.

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Bemerkungen
Die Schülerinnen und Schüler können			
2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden und sachgerecht nutzen 2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen	Zu 3.1.1.1: (1) sportspielübergreifende technische [...] und taktische Basisfertigkeiten und -fähigkeiten [...] in Kleinen Spielen [...] und kleinen Sportspielen anwenden (2) die erlernten sportspielspezifischen Bewegungs- und Balltechniken [...] anwenden (3) sportspielspez. Bewegungs- und	Unterrichtsvorhaben: Rückschlagspiele - Vom Spiel miteinander zum Spiel gegeneinander Vom Ball über die Schnur zum Volleyball 1 mit 1, 1 : 1 bis zum 2 : 2 → Vom miteinander zum gegeneinander Spielen Techniken: Volley spielen Taktik: Lücke erkennen, in die Lücke spielen, zentrale Spielposition, Ball	<ul style="list-style-type: none"> • Schülerinnen und Schüler erkennen den Unterschied zwischen Kooperation und Konkurrenz • jeweils angepasste Feldgröße, Netzhöhe, Art des Ballkontakts • Thematisierung der Notwendigkeit von Kommunikation (z. B. „Ich“ rufen) L PG, BTV

<p>2.3 Personalkompetenz 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren</p>	<p>Balltechniken und ihre individual- und gruppentakt. Maßnahmen mit unterschiedl. Spielgeräten und Regeln anwenden (4) Spielsituationen in Angriff und Abwehr mit individual- und gruppentaktischen Maßnahmen lösen [...] (5) [...] Sinnrichtung / Sinnrichtungen erkennen (6) grundlegende Handlungen in Angriff und Abwehr nennen und beschreiben (7) Spielregeln in Kleinen Spielen und Spielformen benennen und einhalten (8) Spielregeln mit Hilfen variieren (10) den Unterschied zwischen fairem und unfairem Verhalten erkennen und [...] anwenden (11) ihre Emotionen unter Anleitung reflektieren (z.B. bei der Teambildung) und kontrollieren (z.B. bei Schiedsrichterentscheidungen) (12) Spiele entwickeln (z.B. eine Spielidee übertragen)</p> <p>Zu 3.1.1.6: (1) in sportlichen Anforderungssituationen</p>	<p>„aus“ gehen lassen</p> <p>Unterrichtsvorhaben: Wir erfinden Spiele.</p> <p>Spiele entwickeln, z. B. durch die Variation von Regeln mit vorgegebenen Hilfen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Thematisierung der Veränderbarkeit von Spielen • Variationen bzgl. Spielgerät, Regeln, Passart etc. <p>L BTV</p>
--	---	--	---

	entwicklungsgemäß [...] Leistungen erbringen		
Pflichtbereich 3.1.1.2: Laufen, Springen, Werfen			ca. 20 + 2 Stunden
<p>Im Inhaltsbereich „Laufen, Springen, Werfen“ sollen folgende sportpädagogische Perspektiven umgesetzt werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern</i> • <i>Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen</i> • <i>Das Leisten erfahren und reflektieren</i> • <i>Fitness verbessern und Gesundheitsbewusstsein entwickeln</i> <p>Der Schwerpunkt liegt auf dem spielerischen, fähigkeitsorientierten und erlebnisintensiven Sammeln und Erweitern von grundlegenden Bewegungserfahrungen (unter Beachtung des Prinzips der Vielseitigkeit und Vielfältigkeit). Die persönliche Fitness wird altersgemäß analysiert und verbessert.</p>			
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Bemerkungen
Die Schülerinnen und Schüler können			
2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden und sachgerecht nutzen 2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen 2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. aus den eigenen [...] Stärken und	zu 3.1.1.2.: (1) schnell und gewandt laufen, weit und/oder hoch springen und weit und zielgenau werfen (2) 20 Minuten ohne Unterbrechung laufen [...] (5) eigene Bewegungen wahrnehmen zu 3.1.1.6.: (1) in sportlichen Anforderungssituationen entwicklungsgemäß [...] Leistungen erbringen (3) Signale und Reaktionen des	Unterrichtsvorhaben: Einen Wettkampf zum „Laufen – Springen – Werfen“ entwickeln und durchführen z. B. Dreikampf aus Weitsprung, Ballwurf und 50m-Sprint Unterrichtsvorhaben: Vorbereitung und Durchführung eines 25min-Laufes Laufen im Gelände, Zeitschätzläufe, Läufe zur Entwicklung des Tempogefühls Unterrichtsvorhaben: Wir überlaufen/überspringen	Siehe: Bundesjugendspiele.de → Handbuch → Wettbewerb Leichtathletik LPG Thematisieren verschiedener Zielsetzungen und Sinnrichtungen

<p>Schwächen [...] Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 4. physische und psychische Auswirkungen [...] wahrnehmen und verstehen 2.4 Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen verlässlich helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 4. in Übungs- und Wettkampfsituationen verantwortungsvoll handeln [...] 7. [...] (z.B. bei der Organisation von Wettkämpfen) unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>	<p>eigenen Körpers [...] erkennen und beurteilen (6) die Notwendigkeit sportgerechter Kleidung und die Gefahren von Piercing, Schmuck etc. beim Sport treiben benennen</p>	<p>Hindernisse möglichst schnell. Gewandt und rhythmisiert laufen, Hindernisbahn mit selbstgewählten Abständen der Hindernisse überlaufen</p>	
<p>Pflichtbereich 3.1.1.3: Bewegen an Geräten</p>			<p>ca. 20 + 2 Stunden</p>
<p>Im Inhaltsbereich „Bewegen an Geräten“ sollen folgende sportpädagogische Perspektiven umgesetzt werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern</i> • <i>Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen</i> • <i>Fitness verbessern und Gesundheitsbewusstsein entwickeln</i> <p>Ziel des Unterrichts ist es, die Vielfalt der Bewegungsmöglichkeiten im Raum durch Geräte zu erfahren, um so vielfältige und vielseitige Bewegungserfahrungen zu sammeln. Dazu bewegen sich die Inhalte teils näher am Gerätturnen, teils näher am normungebundenen Turnen sowie dem Abenteuerturnen. Sie verbessern ihre Fitness in altersgemäßer Form. Gruppengestaltungen und Gemeinschaftspräsentation bieten Möglichkeiten und Anreize zur Kooperation.</p>			

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Bemerkungen
Die Schülerinnen und Schüler können			
<p>2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden und sachgerecht nutzen</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen</p> <p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. aus den eigenen [...] Stärken und Schwächen [...] Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 3. die Bedeutung von Bewegung [...] einschätzen [...] 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen verlässlich helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 3. bei der Lösung von Konflikten die</p>	<p>Zu 3.1.1.3: (1) turnerische Grundtätigkeiten [...] an unterschiedlichen Geräten [...] und Gerätekombinationen anwenden (2) normgebundene Turnfertigkeiten an verschied. Geräten und aus unterschiedl. Strukturgruppen ausführen [...] (3) einfache akrobatische Figuren [...] paarweise und in der Gruppe ausführen (4) den Auf- und Abbau von Turngeräten sachgerecht ausführen (5) einfache Helferhandlungen ausführen [...] (6) [...] Sinnrichtung / Sinnrichtungen erkennen (8) in Wagnissituationen verantwortungsbewusst handeln</p> <p>zu 3.1.1.6.: (1) in sportlichen Anforderungssituationen entwicklungsgemäß [...] Leistungen erbringen (3) Signale und Reaktionen des</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Vielfältige Bewegungserfahrungen beim „Springen“ und „Überschlagen“ Sprünge mit dem Minitrampolin: Fußsprünge, Rotationen um die Breitenachse auf den Mattenberg Sprünge mit dem Reutherbrett</p> <p>Unterrichtsvorhaben: Wir gestalten und bewerten eine Gruppenkür. Aus normgebundenen Elementen wird eine Kür erstellt.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • offene und gebundene Aufgaben zum „Springen“ • Lernen durch erleichterte Bedingungen • Binnendifferenzierung durch sukzessives Erschweren der Bewegungsfertigkeiten • Thematisierung des Umgangs mit Wagnissituationen. Die Begegnung mit Wagnissituationen ermöglicht Grenzerfahrungen sowie den Umgang mit Gefühlen wie Angst und Überwindung. <p>LP PG, BTW</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schwerpunkt auf den Aspekten des Übens und des Leistens • Gruppenarbeit • Beobachten lernen • Schülerinnen und Schüler wählen das Gerät selbst aus • Verhalten der Zuschauer thematisieren • Videoaufnahmen (-analysen) möglich

Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen 6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren	eigenen Körpers [...] erkennen und beurteilen		LP PG, BTV, MB
Pflichtbereich 3.1.1.4: Bewegen im Wasser			ca. 20 Stunden
<p>Im Inhaltsbereich „Bewegen im Wasser“ sollen folgende sportpädagogische Perspektiven umgesetzt werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern</i> • <i>Das Leisten erfahren und reflektieren</i> <p>Ziel des Unterrichts ist es, die Besonderheiten des Bewegens im Wasser experimentierend zu erfahren (Auftrieb, Widerstand, Gleiten) und damit das Wasserbewegungsgefühl als Basis der Schwimmfähigkeit zu entwickeln. Darauf aufbauend erwerben bzw. vertiefen die Schülerinnen und Schüler die grundlegenden Bewegungsabläufe von Schwimmtechniken, um sich flüssig und sicher im Wasser fortzubewegen.</p>			
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Bemerkungen
Die Schülerinnen und Schüler können			
2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 2.3 Personalkompetenz 2. aus den eigenen [...] Stärken und Schwächen [...] Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 6. in sportlichen Handlungssituationen ihre Aufmerksamkeit steuern 2.4 Sozialkompetenz 7. [...] (z.B. bei der Organisation von	(2) eine Schwimmtechnik mit Start und Wende demonstrieren (4) ihre Schwimmtechnik an ausdauerndes bzw. schnelles Schwimmen anpassen (7) einen schwimmspezifischen Organisationsrahmen einhalten (8) Regeln bei Wettbewerben anwenden	Unterrichtsvorhaben: Wir schwimmen schnell und ausdauernd. Kraulschwimmen lernen Technik 25 Meter Kraulschwimmen in Grobform Startsprung und Wende demonstrieren 12 Minuten ohne Unterbrechung schwimmen	<ul style="list-style-type: none"> • Schwimmtechniken werden durch vielfältige Bewegungsaufgaben, auch unter Verwendung von Materialien, entwickelt und ausgeführt • spielerische Übungen und Wettbewerbe als Gruppen- und Klassenwettkämpfe • weitere spielerische Technikerfahrungen ermöglichen • ausdauernd schwimmen auch mit wechselnden Techniken, spielerische Ausdauerschulung

Wettkämpfen) unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren			LP PG
Pflichtbereich 3.1.1.5: Tanzen, Gestalten, Darstellen			ca. 10 Stunden
<p>Im Inhaltsbereich „Tanzen, Gestalten, Darstellen“ sollen folgende sportpädagogische Perspektiven umgesetzt werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern</i> • <i>sich körperlich ausdrücken und Bewegungen gestalten</i> • <i>Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen</i> <p>Ziel des Unterrichts ist es, die Bewegungsvielfalt des eigenen Körpers wahrzunehmen und sich durch freie Bewegung und gymnastische Grundformen im Rhythmus von Musik darzustellen. Gruppengestaltungen und Gemeinschaftspräsentationen bieten Möglichkeiten und Anreize zur Kooperation.</p>			
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Bemerkungen
Die Schülerinnen und Schüler können			
<p>2.1 Bewegungskompetenz 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 3. Bewegungen gestalten und sich durch Bewegung ausdrücken</p> <p>2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz 1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen</p> <p>2.3 Personalkompetenz 2. aus den eigenen [...] Stärken und Schwächen [...] Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren 6. in sportlichen</p>	<p>(1) gymn. Grundformen auch in Verbindungen [...] ausführen</p> <p>(2) vorgeg. Bewegungen in einfachen Verbindungen zum Rhythmus von Musik umsetzen</p> <p>(4) ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität umsetzen [...]</p> <p>(5) einfache Aufstellungsformen umsetzen</p> <p>(6) [...] die Sinnrichtung/Sinnrichtungen erkennen</p> <p>(7) ausgewählte Gestaltungskriterien [...] erkennen und benennen</p>	<p>Wir bewegen uns gemeinsam rhythmisch.</p> <p>Erarbeiten einer Gruppenchoreografie:</p> <p>Erarbeitung der Grundschrte aus den Grundformen Gehen, Drehen und Hüpfen (z. B. kick ball change)</p> <p>Vorgegebene Variationen: Reihenfolge der Schritte, Aufstellungsform und Raumwege</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Vermittlung der Grundschrte nach dem Bausteinprinzip • Präsentation • Videoaufnahmen (-analysen) möglich <p>L PG, BTV, MB</p> <p>F MUS</p>

<p>Handlungssituationen ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz</p> <p>1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen verlässlich helfen</p> <p>2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren</p> <p>3. bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen</p> <p>6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren</p>	<p>(8) grundlegende Gerätetechniken benennen [...]</p> <p>(9) Merkmale von Bewegungsqualität bei anderen erkennen und benennen [...]</p> <p>(10) gestalterische Bewegungsaufgaben [...] in der Gruppe lösen [...]</p>		
	<p>(3) einfache Techniken [...] mit verschiedenen Materialien [...] und Geräten [...]</p> <p>ausführen</p> <p>(5) einfache Aufstellungsformen umsetzen</p> <p>(10) gestalterische Bewegungsaufgaben [...] in der Gruppe lösen [...]</p>	<p>Wir gestalten eine Bewegungsverbinding mit einem Handgerät.</p> <p>Erlernen verschiedener Bewegungsformen und Gestaltung einer Bewegungsverbinding allein und/oder mit anderen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • möglich mit Musikunterstützung • Differenzierung durch Gruppengröße und Bewegungsvarianten • Videoaufnahmen (-analysen) möglich <p>L PG, BTV, MB</p> <p>F MUS</p>
<p>Pflichtbereich 3.1.1.6: Fitness entwickeln</p>			<p>(ca. 6 Stunden)</p>
<p>- integriert in andere Inhaltsbereiche -</p>			
<p>Wahlpflichtbereich 3.1.2.1: Miteinander/gegeneinander kämpfen</p>			<p>ca. 4 Stunden</p>
<p>Im Inhaltsbereich „Miteinander/gegeneinander kämpfen“ sollen folgende sportpädagogische Perspektiven umgesetzt werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern</i> • <i>Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen</i> <p>Die Schülerinnen und Schüler reflektieren die Unterschiede zwischen Kämpfen und Streiten. Sie sammeln Bewegungserfahrungen im verantwortungsbewussten Umgang mit einer Partnerin/einem Partner und im Kämpfen. Das bedeutet, sie entwickeln Verantwortung gegenüber der Partnerin/dem Partner und schaffen Vertrauen. Der beim Kämpfen notwendige Körperkontakt muss sensibel angebahnt werden.</p>			
<p>Prozessbezogene Kompetenzen</p>	<p>Inhaltsbezogene Kompetenzen</p>	<p>Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht</p>	<p>Bemerkungen</p>

Die Schülerinnen und Schüler können			
<p>2.1 Bewegungskompetenz 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden und sachgerecht nutzen</p> <p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 2. aus den eigenen [...] Stärken und Schwächen [...] Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren 6. in sportlichen Handlungssituationen ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen verlässlich helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 4. in Übungs- und Wettkampfsituationen verantwortungsvoll handeln [...] 5. den Unterschied zw. fairem und unfairem Handeln erkennen und sich selbst fair verhalten [...]</p>	<p>(1) verschiedene Formen des Zweikämpfens am Boden wie Verdrängen, Schieben, Drehen, Fixieren/Halten und Befreien paarweise und in der Gruppe ausführen und anwenden (2) Taktiken und Strategien auch bei Gruppenwettkämpfen situationsbezogen anwenden [...] (4) die Prinzipien des Umdrehens und des Befreiens nennen (5) die Kriterien des Haltens nennen (6) mit der eigenen Kraft situationsangemessen umgehen (7) Rituale ausführen und deren Bedeutung erklären (8) sich regelgerecht und fair [...] verhalten (9) ihre Emotionen unter Anleitung reflektieren und kontrollieren (10) die grundlegenden Regeln des fairen Kämpfens nennen und erläutern</p>	<p>Unterrichtsvorhaben: Verantwortungsbewusst kämpfen – Zweikampfsituationen am Boden lösen</p> <p>Kennenlernen und Erwerb der Techniken:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ziehen, Schieben, Stoßen, Nachgeben paarweise • Umdrehen und Festhalten sowie Halten und Befreien paarweise • Verbindung von Umdrehen und Halten • Übungskämpfe in der Bodenlage paarweise 	<ul style="list-style-type: none"> • Zweikampfspiele in der Gruppe fördern das Miteinander • Empfehlung: Haltezeit von 3 sec. beendet den Kampf • Chancengleichheit herstellen, z. B. durch „Handicap“ • häufige Partnerwechsel sinnvoll, um vielfältige Bewegungserfahrungen zu sammeln. • Prinzipien des Umdrehens (z. B. Partnerin/Partner unter Einsatz des eigenen Körpergewichts umdrehen, Ausnutzen des Gegendrucks oder unter den Schwerpunkt kommen) • Prinzipien des Haltens (Kontrolle über die Partnerin/den Partner von oben, von der Seite oder von hinten) <p>L PG, BTV</p>
<p>Wahlpflichtbereich 3.1.2.2: Fahren, Rollen, Gleiten</p>			<p>ca. 4 Stunden</p>

Im Inhaltsbereich „Fahren, Rollen, Gleiten“ soll folgende sportpädagogische Perspektive umgesetzt werden:

- *Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern*

Im Vordergrund steht der Erwerb grundlegender Bewegungserfahrungen und Techniken im Sinne einer Fortführung der Einheit „Fahren, Rollen, Gleiten“ aus Klasse 5.

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Bemerkungen
Die Schülerinnen und Schüler können			
<p>2.1 Bewegungskompetenz 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden 3. Bewegungen gestalten und sich durch Bewegung ausdrücken 4. grundlegendes Fachwissen [...] anwenden und sachgerecht nutzen</p> <p>2.3 Personalkompetenz 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln 3. die Bedeutung von Bewegung [...] einschätzen [...] 6. in sportlichen Handlungssituationen ihre Aufmerksamkeit steuern</p> <p>2.4 Sozialkompetenz 1. Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen verlässlich helfen 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren 4. in Übungs- und Wettkampfsituationen verantwortungsvoll handeln [...]</p>	<p>(1) sich mit einem Fahr-, Roll- oder Gleitgerät sicher fortbewegen und grundlegende Techniken ausführen [...] (3) Gefahrensituationen [...] erkennen, benennen und einschätzen und vereinbarte Sicherheits- und Ordnungsmaßnahmen einhalten (4) die Funktion erforderlicher Schutzausrüstung benennen (6) Bewegungsaufgaben allein oder in der Gruppe lösen</p>	<p>Bewegungserfahrung und Technik</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präzisionsfahren: Schattenfahren, Synchronfahren, Zielfahren <p>Grundlegende Techniken:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Losfahren • Stoppfahren • Kurvenfahren • Balancieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Einschätzen des eigenen Leistungsvermögens • Aufgaben zum Einschätzen der eigenen Technik • Videoaufnahmen (-analysen) möglich <p>LP BNE, PG, BTV, VB</p>

<p>6. bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren</p> <p>7. [...] (z.B. bei der Organisation von Wettkämpfen) unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren</p>			
Verbleibende Freiräume			ca. 36 Stunden
<p>Das Schulcurriculum dient einerseits der Übung und Vertiefung, aber auch der Anpassung an die jeweilige Lerngruppe. Somit stehen die verbleibenden 16 Stunden zur freien Verfügung, um beispielsweise</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leistungsmessungen durchzuführen - für anstehende Sportveranstaltungen der Schule zu üben (Mitternachtsvolleyballturnier, Triathlon o.ä.) - vorhandene Defizite aufzuarbeiten - Sportarten weiter zu vertiefen - (neue) Trendsportarten kennen zu lernen <p>In Klasse 6 wird 25 Minuten ausdauernd gelaufen und 15 Minuten ohne Unterbrechung geschwommen.</p>			