

Unterrichtsvorhaben in Jahrgangsstufe 5

	UV	Thema	Stunden	BWK	SK	MK	UK
1. HJ	1.1	Sich zusammen anstrengen und Spaß haben – bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele spielen, Belastungssituationen erkennen und verstehen	5	1.1	a1, d1, d2	d1	d1
	2.1	Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß? - verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-)finden	10	2.1, 2.2, 2.4	e2	e1, e2	
	3.1	Laufen über Stock und Stein - Laufen in seiner Vielfalt anwenden	6	3.1	a2		a1
	6.1	Jonglieren für Anfänger – einfache technisch-koordinative Grundformen für eine ästhetisch-gestalterische Präsentation nutzen	8	6.1	b1	b2	b1
	3.2	Große Sprünge machen – Springen in seiner Vielfalt anwenden	6	3.1	a2		a1
	5.1	Rolle, Handstand, Rad – Grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen	12	5.2	a2	f1	
2. HJ	2.2	Systematisch und strukturiert spielen lernen - grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeiten in Kleinen Spielen anwenden	10	2.3	e2		e1
	9.1	Wir erproben unsere Kräfte im fairen Kampf – Zweikämpfe spielerisch vorbereiten und beim Gegeneinander kooperieren	8	9.1, 9.2	e1		e1
	1.2	Wo sind meine persönlichen konditionellen Stärken? Stärken und Schwächen psycho-physischer Leistungsfähigkeit erkennen, langfristig verbessern sowie Entspannung lernen	5	1.2, 1.3	a2	d1	d1
	8.1	Auf der Welle durch die Halle – Bewegungsräume mit dem Waveboard vielfältig und sicher nutzen	10	8.1, 8.2	f1	c1	
	3.3	Weitwerfen ... gar nicht so schwer! – Wie weites Werfen gelingen kann!	10	3.1, 3.3	a2		a1

Unterrichtsvorhaben in Jahrgangsstufe 5

-

1. Schulhalbjahr

Jahrgangsstufe: 5.1	Dauer des UVs: 5 Stunden	Nummer des UVs: 1.1
Thema des UVs:		
Sich zusammen anstrengen und Spaß haben – bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele spielen, Belastungssituationen erkennen und verstehen		
Bewegungsfeld/Sportbereich: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfeld: Bewegungsstruktur- und Bewegungslernen (a) Leistung (d)	
Inhaltlicher Kern: - Allgemeines und spezielles Aufwärmen	Inhaltliche Schwerpunkte: - Wahrnehmung und Körpererfahrung	
<u>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</u> Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): - sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen, [6 BWK 1.1]	<u>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</u> Sachkompetenz (SK): - die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen, [6 SK d1] - psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen, [6 SK d2] - unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben, [6 SK a1] Methodenkompetenz (MK): - einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden. [6 MK d1] Urteilskompetenz (UK): - ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen. [6 UK d1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • individuelle Leistungsvoraussetzungen in ausgewählten Spielformen erfahren • psycho-physische Leistungsfähigkeit von sich selbst und von anderen beurteilen können • Spielformen hinsichtlich ihrer Anforderungsbereiche einschätzen können 	<ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungsbögen zur Beurteilung der individuellen Leistungsfähigkeit • gemeinsame Reflexion zu den durchgeführten Spielformen hinsichtlich der jeweiligen Anforderungsbereiche <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Borg-Skala 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • psycho-physischen Leistungsfähigkeit (Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Konzentrationsfähigkeit • Fähigkeiten in den Bereichen Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer • Fähigkeit psycho-physische Leistungsfaktoren in Bezug auf ausgewählte Spielformen einschätzen zu können (unter Anwendung der Fachbegriffe)

Jahrgangsstufe: 5.1	Dauer des UVs: 10 Stunden	Nummer des UVs: 2.1
Thema des UVs: Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß? - verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-)finden		
Bewegungsfeld/Sportbereich: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen		Inhaltsfeld: Kooperation und Konkurrenz (e)
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> - Kleine Spiele und Pausenspiele 		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
<u>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</u> Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen, [6 BWK 2.1] - Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten, [6 BWK 2.2] - unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen. [6 BWK 2.4] 		<u>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</u> Sachkompetenz (SK): <ul style="list-style-type: none"> - sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben. [6 SK e2] Methodenkompetenz (MK): <ul style="list-style-type: none"> - selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen, [6 MK e1] - in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren. [6 MK e2]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Spielideen unterschiedlicher Spiele erfahren und begreifen • Regelungen kennen und variieren • Spielräume entdecken, z.B. Schulhof, Wald, Halle 	<p>verschiedene Variationsformen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • des Spielraums • der Spielzeit • des Spielgeräts • der Mannschaftsgröße • der Handlungsregeln • u.a. <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielformen • Regeln 	<p>Reflektierte Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fangspiele • Suchspiele • Abtreffspiele • Zielwurfspiele • Treibballspiele • u.a. <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Feldbezeichnungen • Spielgeräte 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielabläufe und Regeln beschreiben • Regelkunde nachweisen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von einzelnen Spielen • Variationsmöglichkeiten benennen

Erläuterungen zur Leistungsbewertung:

	oberer Bereich (1-2)	mittlerer Bereich (2-4)	unterer Bereich (4-6)
Spiele	Regeln beachten, Anwenden technischer Elemente	überwiegendes Einbringen der geforderten Kriterien	überwiegendes Vernachlässigen der geforderten Kriterien

Weitere Kriterien zur Leistungsbewertung müssen individuell mit der Klasse abgestimmt werden. Dabei muss sowohl der Gegenstand, wie auch die geforderte Variationsmöglichkeit berücksichtigt werden.

Jahrgangsstufe: 5.1	Dauer des UVs: 6 Stunden	Nummer des UVs: 3.1
Thema des UVs: Laufen über Stock und Stein - Laufen in seiner Vielfalt anwenden		
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfeld: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)	
Inhaltlicher Kern: - Grundlegendes leichtathletisches Bewegen	Inhaltliche Schwerpunkte: - Struktur und Funktion von Bewegungen	
<u>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</u> Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): - grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen, [6 BWK 3.1]	<u>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</u> Sachkompetenz (SK): - wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. [6 SK a2] Methodenkompetenz (MK): Urteilskompetenz (UK): - einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen. [6 UK a1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Anforderungen beim Laufen: Tempo-, Zeit- und Rhythmusgefühl • Phasierung des Laufschriffs • Bewegungsmerkmale bei schnellem/ ausdauerndem Laufen • Körperreaktionen bei schnellem/ ausdauerndem Laufen • unterschiedliche Formen des Laufens <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsphasen, Bewegungsmerkmale • Körperreaktionen beim schnellen/ausdauernden Laufen: Herzfrequenz, Gesichtsrötung, Schwitzen ... 	<ul style="list-style-type: none"> • Lernaufgabe: Erproben verschiedener Laufformen und Entwickeln von Laufübungen im Hinblick auf allgemeines und funktionales Aufwärmen • Erstellen einer Mind-Map zur Systematisierung unterschiedlicher Laufformen <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entwickeln und Erproben (Schüler-/Lehrerinfo) • Mind-Map (Schüler-/ Lehrerinfo) • Startkommando beim Laufen 	<p>Reflektierte Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Formen des Laufens: ausdauerndes Laufen – Sprinten • Laufen auf unterschiedlichen Boden- und Geländebeschaffenheiten • Laufen im Rahmen leichtathletischer Disziplinen • Laufen über Hindernisse (normiert und nicht normiert) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lauf – ABC 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsformen zum Lauf-ABC beschreiben und systematisieren • selbstständige Nutzung des Lauf ABC zum Aufwärmen <p>Beobachungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Vielfalt der gefundenen Bewegungsformen zum Lauf-ABC <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Übungen des Lauf-ABC <p>Beobachungskriterium: Bewegungsqualität</p>

Jahrgangsstufe: 5.1	Dauer des UVs: 8 Stunden	Nummer des UVs: 6.1
Thema des UVs: Jonglieren für Anfänger – einfache technisch-koordinative Grundformen für eine ästhetisch-gestalterische Präsentation nutzen		
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfeld: Bewegungsgestaltung (b)	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> - Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> - Variation von Bewegung - Präsentation von Bewegungsgestaltungen 	
<u>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</u> Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): <ul style="list-style-type: none"> - Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen, [6 BWK 6.1] 	<u>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</u> Sachkompetenz (SK): <ul style="list-style-type: none"> - Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen, [6 SK b1] Methodenkompetenz (MK): <ul style="list-style-type: none"> - einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden. [6 MK b2] Urteilskompetenz (UK): <ul style="list-style-type: none"> - kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen. [6 UK b1] Medienkompetenz [MKR]: 1.2 Digitale Werkzeuge	

Erläuterungen zur Leistungsbewertung:

	oberer Bereich (1-2)	mittlerer Bereich (3-4)	unterer Bereich (5)
Lauf - ABC	Die Bewegungsabläufe werden in allen Phasen (fast) fehlerfrei beherrscht.	Die Bewegungsabläufe entsprechen in allen Phasen (mit Einschränkungen) den Anforderungen	Die Bewegungsabläufe entsprechen in allen Phasen nicht den Anforderungen. Mängel können in absehbarer Zeit behoben werden.
Fachgriffe Lauf - ABC	Die Fachbegriffe werden auf Nachfrage fehlerfrei erklärt und unterschieden.	Die Fachbegriffe werden auf Nachfrage erklärt und unterschieden. (punktuelle Hilfen erforderlich)	Die Fachbegriffe werden auf Nachfrage nicht beherrscht.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Formen des Umgangs mit verschiedenen Gegenständen (Tücher, Bälle, Keule): sicheres Fangen und Werfen • Verbesserung der Auge-Hand-Koordination bei heterogenen SuS-Voraussetzungen • Bewegungsmerkmale erkennen und umsetzen • Gestaltung erster Präsentationen alleine und mit dem Partner • Erlernen unterschiedlicher Bewegungsabläufe unter Zuhilfenahme von Videoaufnahmen der Zielbewegung 	<ul style="list-style-type: none"> • verschiedene Formen der Behandlung diverser Handgeräte • z. B. vom Werfen eines Balls zum Jonglieren mit mehreren Bällen • vom alleinigen Jonglieren zur Partner- oder Teamjonglage <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jonglieren im Rhythmus bzw. in Abhängigkeit von der Verwendung verschiedener Geräte 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Werfen und Fangen • Technik des Jonglierens • Gestaltungsmöglichkeiten einer Minichoreographie (Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) • Partnerjonglage <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ball, Band, Keule, Tuch, Jonglieren, Balance 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe demonstrieren und beschreiben <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Minichoreographie alleine oder im Team

Erläuterungen zur LEISTUNGSBEWERTUNG:

Kriterien	oberer Bereich (1-2)	mittlerer Bereich (2-4)	unterer Bereich (4-6)
Jonglieren	Kaskade mit mindestens 3 Bällen wird sicher im Rahmen einer Präsentation beherrscht [Werfen und Fangen, erkennbarer Rhythmus]	Jonglieren mit 2 Bällen oder mit 3 Tüchern; ggf. auch mit Unterbrechung nach einem Durchgang, Rhythmus ist in der Regel erkennbar	Ein bis zwei Bälle werden nur einzeln geworfen und selten wieder gefangen, kein Rhythmus erkennbar
Fachbegriffe	Zu jeder Zeit bei Bewegungsbeschreibungen werden die richtigen Fachbegriffe angewendet [Ball, Band, Keule, Tuch, Jonglieren, Balance]	Fachbegriffe werden in der Regel richtig verwendet	Fachbegriffe werden falsch oder gar nicht verwendet
Engagement in den Unterrichtsphasen	<p>Motorisch: neue Bewegungsabfolgen werden in besonderem Maße den Anforderungen konform erprobt und ausgeführt</p> <p>Kognitiv-methodisch: qualitativ und quantitativ äußerst ansprechende und regelmäßige Teilnahme in Gesprächs- und Arbeitsphasen</p>	<p>Motorisch: neue Bewegungsabfolgen werden in der Regel den Anforderungen konform erprobt und ausgeführt</p> <p>Kognitiv-methodisch: regelmäßige Teilnahme in Gesprächs- und Arbeitsphasen [quantitativ und qualitativ]</p>	<p>Motorisch: neue Bewegungsabfolgen werden nicht oder nur selten erprobt</p> <p>Kognitiv-methodisch: keine oder nur seltene Teilnahme in Gesprächs- und Arbeitsphasen</p>

Jahrgangsstufe: 5.1	Dauer des UVs: 6 Stunden	Nummer des UVs: 3.2
Thema des UVs: Große Sprünge machen – Springen in seiner Vielfalt anwenden		
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfeld: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)	
Inhaltlicher Kern: - Grundlegendes leichtathletisches Bewegen	Inhaltliche Schwerpunkte: - Struktur und Funktion von Bewegungen	
<u>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</u> Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): - grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen, [6 BWK 3.1]	<u>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</u> Sachkompetenz (SK): - wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. [6 SK a2] Methodenkompetenz (MK): Urteilskompetenz (UK): - einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen. [6 UK a1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Formen des Springens • unterschiedliche Anforderungen beim Springen: weit springen, hoch springen, hoch und weit springen • Phasierung von Sprungbewegungen • Bewegungsmerkmale bei weitem und hohem Sprinten 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren: Erproben verschiedener Sprungformen und -variationen – auch in Verbindung mit dem Laufen - im Hinblick auf allgemeines und funktionales Aufwärmen • Erstellen einer Übersicht zur Systematisierung des Springens <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren (Schüler-/Lehrerinfo) 	<p>Reflektierte Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Formen des Springens: weit springen, hoch springen, hoch-weit springen, vorwärts-/rückwärts-/seitwärtsspringen, dreispringen • Springen im Rahmen leichtathletischer Disziplinen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sprung – ABC • Bewegungsphasen: Anlauf, Absprung, Flugphase, Landung • Bewegungsmerkmale 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsformen zum Sprung-ABC demonstrieren und beschreiben • selbstständige Nutzung des Lauf und Sprung - ABC zum Aufwärmen • Beobachungskriterien: • Vielfalt der gefundenen Bewegungsformen zum Lauf- und Sprung -ABC <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Übungen des Lauf- und Sprung - ABC <p>Beobachungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungsqualität – Variation und Kombination

Erläuterungen zur Leistungsbewertung:

	oberer Bereich (1-2)	mittlerer Bereich (3-4)	unterer Bereich (5)
Sprung - ABC	Unterschiedliche Formen des Springens werden (fast) fehlerfrei beherrscht und selbstständig in verschiedenen Unterrichtssituationen genutzt.	Unterschiedliche Formen des Springens werden (mit Einschränkungen) beherrscht und nur zum Teil selbstständig in verschiedenen Unterrichtssituationen genutzt.	Unterschiedliche Formen des Springens werden nicht beherrscht und nicht selbstständig in verschiedenen Unterrichtssituationen genutzt. Mängel können in absehbarer Zeit behoben werden.
Fachgriffe Sprung - ABC	Die Fachbegriffe werden auf Nachfrage fehlerfrei erklärt und unterschieden.	Die Fachbegriffe werden auf Nachfrage erklärt und unterschieden. (punktuelle Hilfen erforderlich)	Die Fachbegriffe werden auf Nachfrage nicht beherrscht.

Jahrgangsstufe: 5.1	Dauer des UVs: 12 Stunden	Nummer des UVs: 5.1
Thema des UVs:		
Rolle, Handstand, Rad – Grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen		
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen an Geräten Turnen	Inhaltsfeld: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Gesundheit (f)	
Inhaltlicher Kern: - Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen	Inhaltliche Schwerpunkte: - Struktur und Funktion von Bewegungen - Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens - Unfall- und Verletzungsprophylaxe	
<u>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</u> Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): - eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren, [6 BWK 5.2] ¹	<u>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</u> Sachkompetenz (SK): - wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. [6 SK a2] Methodenkompetenz (MK): - Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen. [6 MK f1] Urteilskompetenz (UK): Medienkompetenz [MKR]: 1.4 Datenschutz und Informationssicherheit	

¹ Vgl. Schulentwicklungsprogramm § 7.1.3

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Formen des Bewegens am Boden • Vorerfahrungen aus dem Grundschulunterricht aufgreifen • Phasierung von Bewegungsabläufen • Bewegungsmerkmale erkennen und umsetzen • Gestaltung einer Bodenkür • Verantwortungsvoller Umgang mit persönlichen Daten (hier: eigene und fremde Lernvideos sensibel und datenschutzkonform behandeln) 	<ul style="list-style-type: none"> • Vom Bewegen am Boden zur Bodenkür • verschiedene Formen des Rollens um die Quer- und Längsachse • Stützen am Boden <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufbauen einer Mattenbahn • Bewegungsabläufe demonstrieren, üben und beschreiben 	<p>Reflektierte Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rolle vw. und rw. • Rad • Handstand (ggf. mit Abrollen) • Ggf. Rolle rw. durch den hohen Hockstütz, Flugrolle <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rolle vw., rw.,... • Auf- und Abschwingen • Stützen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe demonstrieren und beschreiben • Bewertungsbögen/-kriterien anwenden • Fachsprache nachweisen • Sicheres Aufbauen einer Mattenbahn demonstrieren <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer kurzen Bodenkür

Erläuterungen zur Leistungsbewertung:

	oberer Bereich (1-2)	mittlerer Bereich (2-4)	unterer Bereich (4-6)
Rolle vw./rw.	Sichere Rollbewegung auf die Füße, dann in den Stand, Rolle rw. durch den hohen Hockstütz/Flugrolle als besondere Leistung	Recht flüssiges Rollen, jedoch Aufrichten nur mit Handabdruck vom Boden	Kantiges Rollen über den Kopf, nicht beenden der Rollbewegung
Rad	Flüssiges Radschlagen auf einer Linie, der Körper ist gespannt und in einer Ebene	Flüssiges Drehen jedoch kommt der KSP nicht in die Lotrechte	Drehung um die Tiefenachse ist kaum erkennbar, Radbewegung bricht in der Horizontalen ab
Handstand (mit Abrollen)	Sicheres kurzes Stehen im Handstand, gestreckte Zehen, Abrollen als besondere Lernleistung	Das Auf- und Abschwingen wird zum Großteil selbständig vollbracht, Körperspannung und Dynamik sind vorhanden	Aufschwingen und Abschwingen sind nur mit starker Hilfestellung möglich

Unterrichtsvorhaben in Jahrgangsstufe 5

-

2. Schulhalbjahr

Jahrgangsstufe: 5.2	Dauer des UVs: 10 Stunden	Nummer des UVs: 2.2
Thema des UVs:		
Systematisch und strukturiert spielen lernen - grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeiten in Kleinen Spielen anwenden		
Bewegungsfeld/Sportbereich: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Inhaltsfeld: Kooperation und Konkurrenz (e)	
Inhaltlicher Kern: - Kooperative Spiele	Inhaltliche Schwerpunkte: - Interaktion im Sport	
<u>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</u> Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): - lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen, [6 BWK 2.3]	<u>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</u> Sachkompetenz (SK): - sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben. [6 SK e2] Methodenkompetenz (MK): Urteilskompetenz (UK): - sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. [6 UK e1]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele als Vorbereitung auf große Sportspiele • Regelungen kennen und variieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Freilaufen und anbieten • Werfen und Fangen • Bewegungsschulung • Variationsmöglichkeiten: z.B. Spielfeldgröße, Spielerzahl usw. <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regeln • Spielgeräte 	<p>Reflektierte Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fangspiele • Suchspiele • Abtreffspiele • Zielwurfspiele • Treibballspiele • u.a. <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Feldbezeichnungen • Spielgeräte 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Variationsmöglichkeiten demonstrieren und beschreiben • Regelbewußtsein • Kooperationsfähigkeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation kleiner Spiele • Anwendung im Spiel

	oberer Bereich (1-2)	mittlerer Bereich (2-4)	unterer Bereich (4-6)
Spiele	Regeln beachten, Anwenden technischer Elemente	überwiegendes Einbringen der geforderten Kriterien	überwiegendes Vernachlässigen der geforderten Kriterien

Weitere Kriterien zur Leistungsbewertung müssen individuell mit der Klasse abgestimmt werden. Dabei muss sowohl der Gegenstand, wie auch die geforderte Variationsmöglichkeit berücksichtigt werden.

Gute Leistungen am Ende der Jahrgangsstufe 6	Leistungsanforderungen	Ausreichende Leistungen am Ende der Jahrgangsstufe 6
Schülerinnen und Schüler zeigen in Lern-, Übungs-, Trainingsprozessen eine hohe Bereitschaft, Unterrichtsziele zu erreichen; das bezieht sich auf sportbezogene - wie auch auf Reflexionsphasen; die Anstrengungsbereitschaft ist hoch.	Leistungswille, Leistungsbereitschaft, Anstrengungsbereitschaft (9 L 14)	Schülerinnen und Schüler zeigen sich in Lern-, Übungs-, Trainingsprozessen wenig interessiert und bemüht, Unterrichtsziele zu erreichen; das bezieht sich auf sportbezogene - wie auch auf Reflexionsphasen. Die Anstrengungsbereitschaft ist gering.

Jahrgangsstufe: 5.2	Dauer des UVs: 8 Stunden	Nummer des UVs: 9.1
Thema des UVs:		
Wir erproben unsere Kräfte im fairen Kampf – Zweikämpfe spielerisch vorbereiten und beim Gegeneinander kooperieren		
Bewegungsfeld/Sportbereich: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	Inhaltsfeld: Kooperation und Konkurrenz (e)	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> - Kämpfen um Raum und Gegenstände - Kämpfen mit- und gegeneinander 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> - Interaktion im Sport 	
<u>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</u> Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): <ul style="list-style-type: none"> - unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen, [6 BWK 9.1] - in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen. [6 BWK 9.2] 	<u>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</u> Sachkompetenz (SK): <ul style="list-style-type: none"> - Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen, [6 SK e1] Methodenkompetenz (MK): Urteilskompetenz (UK): <ul style="list-style-type: none"> - sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten. [6 UK e1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Kontakt mit dem Partner zulassen und suchen • sich im 1:1 durchsetzen: <ul style="list-style-type: none"> - eigene Position halten - Position des Partners verändern - Raum gewinnen/verteidigen • Gesundheit geht immer vor 	<ul style="list-style-type: none"> • verschiedene Vorübungen (sich körperlich messen) • taktische Überlegungen im Zweikampf <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheitsregeln • sicherer Aufbau der Sportstätte • Tabelle (führen, lesen) 	<p>reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kämpfen an Zweikampfstationen/im Kampfbereich (Schildkröte wenden, Rodeo) • Zweikampfturnier in Arenasituationen (Kniestandkampf, Rausschmiss) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kämpfen • Kampfbereich • Safety-Zeichen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe demonstrieren und beschreiben • Sicherheit beachten/fair kämpfen • Auf- und Abbau der Wettkampfstätte <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Partnerstationen • Anwendung im Zweikampf/Turnier

Erläuterungen zur Leistungsbewertung:

	oberer Bereich (1-2)	mittlerer Bereich (2-4)	unterer Bereich (4-6)
Stationen	korrekte Demonstration/Beschreibung, Beachten der Regeln von Fairness/Sicherheit	überwiegend/teilweise richtige Demonstration/Beschreibung, überwiegend/teilweise Beachten der Regeln von Fairness/Sicherheit	häufig/überwiegend fehlerhafte Demonstration/Beschreibung, mangelndes Beachten der Regeln von Fairness/Sicherheit
Turnier	eigenständiger sinnvoller Aufbau, korrektes Führen einer Tabelle, zielführende Anwendung von Techniken, Beachten der Regeln von Fairness/Sicherheit	Aufbau unter teilweiser Anleitung, überwiegend korrektes/z.T. angeleitetes Führen einer Tabelle, überwiegend/teilweise Beachten der Regeln von Fairness/Sicherheit	Aufbau unter Anleitung, angeleitetes Führen einer Tabelle, mangelndes Beachten der Regeln von Fairness/Sicherheit

Jahrgangsstufe: 5.2	Dauer des UVs: 5 Stunden	Nummer des UVs: 1.2
Thema des UVs: Wo sind meine persönlichen konditionellen Stärken? Stärken und Schwächen psycho-physischer Leistungsfähigkeit erkennen, langfristig verbessern sowie Entspannung lernen		
Bewegungsfeld/Sportbereich: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfeld: Bewegungsstruktur- und Bewegungslernen (a) Leistung (d)	
Inhaltlicher Kern: Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> - Wahrnehmung und Körpererfahrung - Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens 	
<u>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</u> Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): <ul style="list-style-type: none"> - eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen, [6 BWK 1.2] - grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden, [6 BWK 1.3] 	<u>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</u> Sachkompetenz (SK): <ul style="list-style-type: none"> - wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. [6 SK a2] Methodenkompetenz (MK): <ul style="list-style-type: none"> - einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden. [6 MK d1] Urteilskompetenz (UK): <ul style="list-style-type: none"> - ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen. [6 UK d1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • einen Fitnesstests (z.B. Münchener Fitnesstest), zur Diagnose psycho-physischer Stärken u. Schwächen durchführen • grundlegende Trainingsmöglichkeiten zur Verbesserung der erkannter Schwächen aufzeigen • „Phantasieren“ ausführen und & Kenntnisse über Aufbau und Funktion erwerben 	<ul style="list-style-type: none"> • Vorstellen der einzelnen Testaufgaben in Gruppen • Methoden zur Rückmeldung über individuell wahrgenommene Anstrengung bzw. Entspannung <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Phantasieren“ → Entspannungstechnik 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fitnesstest • „Phantasieren“ <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • psycho-physische Leistungsfähigkeit (Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • korrekte Durchführung der Testaufgaben • Kenntnisse über psycho-physische Leistungsfähigkeit • grundlegende Kenntnisse über Trainingsmöglichkeiten zur Verbesserung von Schwächen • Kenntnisse über den Aufbau und die Funktion von „Phantasieren“

Jahrgangsstufe: 5.2	Dauer des UVs: 10 Stunden	Nummer des UVs: 8.1
Thema des UVs:		
Auf der Welle durch die Halle – Bewegungsräume mit dem Waveboard vielfältig und sicher nutzen		
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport (8)	Inhaltsfeld: - Wagnis und Verantwortung (c) - Gesundheit (f)	
Inhaltlicher Kern: - Rollen und Fahren auf Rollgeräten	Inhaltliche Schwerpunkte: - Handlungssteuerung - Unfall- und Verletzungsprophylaxe	
<u>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</u> Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): - sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät kontrolliert fortbewegen, gezielt die Richtung ändern sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen, [6 BWK 8.1] - grundlegende, gerätspezifische Anforderungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter bewegungsökonomischen oder gestalterischen Aspekten sicherheitsbewusst bewältigen. [6 BWK 8.2]	<u>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</u> Sachkompetenz (SK): - grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen, [6 SK f1] Methodenkompetenz (MK): - verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen. [6 MK c1] Urteilskompetenz (UK):	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Aufsteigen und losfahren • Beherrschung des Antriebs • Kurvensteuerung 	<ul style="list-style-type: none"> • Buddy-System • Aufstellen von Sicherheitsregeln <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheitsregeln • sicherer Nutzung des Sportgeräts • Buddy-System (Partnerarbeit) 	<p>Reflektierte Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> • aufsteigen • starten/bremsen • Kurvenfahren • Beschleunigen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schwungbein • Standbein • backside/frontside • Schwungradius • Schwungsteuerung • Körperschwerpunkt 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe demonstrieren und beschreiben • Sicherheit beachten <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation der elementaren Fahrtechnik • Bewältigung eines Hindernisparcours

	oberer Bereich (1-2)	mittlerer Bereich (2-4)	unterer Bereich (4-6)
Fahrtechnik	Die gängigen Fahrtechniken werden sicher bewältigt	Bei den Techniken sind einige wenige Unsicherheiten zu erkennen	Die Fahrtechniken enthalten deutlichen Unsicherheiten oder können gar nicht bewältigt werden
Sicherheit	SuS bewältigen Fahrsituation stets angepasst an ihr eigenes Können	SuS bewältigen Fahrsituationen meist angepasst an ihr eigenes Fahrkönnen	Die SuS neigen zur Selbstüberschätzung und bewältigen Fahrsituationen nie angepasst an ihr eigenes Fahrkönnen
Schwungradien/ Hindernisparcours	Die SuS passen ihr Schwungradien stets an den Hindernisparcours an	Die SuS passen ihre Schwungradien meist an den Hindernisparcours an	Den SuS gelingt es fast nie, ihre Schwungradien an den Hindernisparcours anzupassen

Jahrgangsstufe: 5.2	Dauer des UVs: 10 Stunden	Nummer des UVs: 3.3
Thema des UVs:		
Weitwerfen ... gar nicht so schwer! – Wie weites Werfen gelingen kann!		
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfeld: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> - Grundlegendes leichtathletisches Bewegen - Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> - Struktur und Funktion von Bewegungen 	
<u>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</u> Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): <ul style="list-style-type: none"> - grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen, [6 BWK 3.1] - einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampferhaltens durchführen. [6 BWK 3.3] 	<u>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</u> Sachkompetenz (SK): <ul style="list-style-type: none"> - wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. [6 SK a2] Methodenkompetenz (MK): Urteilskompetenz (UK): <ul style="list-style-type: none"> - einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen. [6 UK a1] 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Anforderungen beim Werfen: Wurfbewegungen variieren • grundlegende Unterscheidung des Werfens und Stoßens • Phasierung von Wurfbewegungen • Bewegungsmerkmale beim Werfen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsphasen: Anlauf-Auftakt-Angleiten; Abwurf-Stoßen; Flugphase; Landung • Bewegungsmerkmale 	<p>Erproben und Experimentieren:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Experimentieren mit unterschiedlichen Wurfgeräten - Erproben verschiedener Wurf- und Stoßformen • Erstellen einer Übersicht zur Systematisierung des Werfens und Stoßens <p>Fachbegriffe - Arbeitsmethoden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren (Schüler-/Lehrerinfo) 	<p>Reflektierte Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Formen des Werfens und Stoßens: weit werfen und stoßen, hoch werfen, hochweit werfen, vorwärts-/ rückwärts werfen, aus der Drehbewegung werfen • Werfen und Stoßen im Rahmen leichtathletischer Disziplinen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wurf – ABC 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsformen zum Wurf-ABC demonstrieren und beschreiben • selbstständige Nutzung des Lauf-, Sprung- und Wurf ABC zum Aufwärmen • Beobachungskriterien: • Vielfalt der gefundenen Bewegungsformen zum Wurf-ABC <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Übungen zum Wurf - ABC • Beobachungskriterium: <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungsqualität – Variation

Erläuterungen zur Leistungsbewertung:

	oberer Bereich (1-2)	mittlerer Bereich (3-4)	unterer Bereich (5)
Wurf - ABC	Unterschiedliche Formen des Werfens werden (fast) fehlerfrei beherrscht und selbstständig in verschiedenen Unterrichtssituationen genutzt.	Unterschiedliche Formen des Werfens werden (mit Einschränkungen) beherrscht und nur zum Teil selbstständig in verschiedenen Unterrichtssituationen genutzt.	Unterschiedliche Formen des Werfens werden nicht beherrscht und nicht selbstständig in verschiedenen Unterrichtssituationen genutzt. Mängel können in absehbarer Zeit behoben werden.
Fachgriffe Wurf - ABC	Die Fachbegriffe werden auf Nachfrage fehlerfrei erklärt und unterschieden.	Die Fachbegriffe werden auf Nachfrage erklärt und unterschieden. (punktuelle Hilfen erforderlich)	Die Fachbegriffe werden auf Nachfrage nicht beherrscht.