



## Schulinternes Curriculum im Fach Sport – Jahrgangsstufe 6

### Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Nummer	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ <b>Systematisch und strukturiert spielen lernen</b> “ – grundlegende Spielfertigkeiten und –fähigkeiten in kleinen Spielen anwenden	2.1	10
UV 2	„ <b>Hindernisse überwinden durch freies und normgebundenes Turnen</b> “ – Das Individuelle und das Kooperative beim Gerätturnen erfahren	5.1	12
UV 3	„ <b>Fußball für alle?!</b> “ – Unter Berücksichtigung individueller Leistungsunterschiede variable Spielformen entwickeln, erproben und bewerten	7.1	12
UV 4	„ <b>Let's dance – Tanzen wie die Stars</b> “– Zielgerichtetes Erproben vorgegebener tänzerischer Bewegungen und Formationen sowie neue Bewegungen und Aufstellungsformen in der Gruppe entwickeln und anwenden	6.1	16
UV 5	„ <b>Wie ein Fisch im Wasser</b> “ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen	4.1	8
UV 6	„ <b>Schnell und sicher schwimmen wie die Großen</b> “ – Einführung in die Technik des Brustschwimmens	4.2	20
UV 7	„ <b>Kopfüber und unter Wasser</b> “ – Springen aus unterschiedlichen Höhen sowie Tauchen in unterschiedlichen Tiefen	4.3	12
UV 8	„ <b>Volleyball</b> “ – über Spiel- und Übungsformen hin zum ersten Klassenturnier	7.2	12
UV 9	„ <b>Laufen, Springen, Werfen</b> “ – Erprobung verschiedener leichtathletischer Disziplinen am Beispiel Sprint, Weitsprung, Schlagballwurf	3.1	12
UV 10	„ <b>Ausdauernd Sport treiben</b> “ – Atmung und Puls als Belastungskennzeichen kennen lernen, messen und deuten	1.1	12
<b>Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:</b>			160 UE
<b>Stunden für die Unterrichtsvorhaben:</b>			
126 UE			
<b>Freiraum:</b>			34 UE

## erweiterte Matrix zu den Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 6

<b>UV</b>	<b>BF</b>	<b>UE</b>	<b>BWK</b>	<b>MK</b>	<b>UK</b>	<b>SK</b>	<b>IF (a)</b>	<b>IF (b)</b>	<b>IF (c)</b>	<b>IF (d)</b>	<b>IF (e)</b>	<b>IF (f)</b>
<b>1</b>	2.1	10	1,2,3	e1	e1	a2, e1	4				1	
<b>2</b>	5.1	12	2,	a2	d1	a1, d2	4			2		
<b>3</b>	7.1.	12	1, 3		e1	e1					2	
<b>4</b>	6.2	16	2	b1, b2	b1	b2		1,2				
<b>5</b>	4.1	8	1	f1		f1, f2						1
<b>6</b>	4.2	20	2,3	a2	a1	a1, a2	1,4					
<b>7</b>	4.3	12	2,4	c1	c1	c1			1			
<b>8</b>	7.1	12	2,3		e1	e1, e2					2	
<b>9</b>	3.1/2/3	12	1,2,3	d1	d1	d2				2		
<b>10</b>	1.1/2	12	1,2,4	d1	f1	d1				1		2

- UV** = Unterrichtsvorhaben (Reihenfolge kann variieren)  
**BF** = Bewegungsfeld/ Sportbereich (durchnummeriert entsprechend inhaltlichem Kern)  
**UE** = Anzahl Unterrichtseinheiten á 45 min. (grober Richtwert)  
**BWK** = Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (durchnummeriert entsprechend des Bewegungsfeldes)  
**MK** = Methodenkompetenz (Buchstabe entsprechenden Inhaltsfeldes + durchnummeriert)  
**UK** = Urteilskompetenz (Buchstabe des entsprechenden Inhaltsfeldes + durchnummeriert)  
**SK** = Sachkompetenz (Buchstabe des entsprechenden Inhaltsfeldes + durchnummeriert)  
**IF (a – f)** = Inhaltsfelder (durchnummeriert entsprechend inhaltlichem Schwerpunkt)

### Konkretisierungen der einzelnen UV

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 2.1
<p><b>Thema des UV: „Systematisch und strukturiert spielen lernen“</b> – grundlegende Spielfertigkeiten und –fähigkeiten in kleinen Spielen anwenden</p>		
<p><b>BF/SB 2.1: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>  <b>e – Kooperation und Konkurrenz</b></p>
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperative Spiele</li> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a4]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen [6 BWK 2.1]</li> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten. [6 BWK 2.2]</li> <li>• lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen. [6 BWK 2.4]</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [a2]</li> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen. [6 MK e1]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 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]</li> </ul>

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis/ Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeln erstellen und festlegen</li> <li>• Kooperationsbereitschaft</li> <li>• eigene und fremde Leistungen einschätzen und bewerten</li> <li>• technische und koordinative Fertigkeiten verbessern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppenarbeit</li> <li>• Teamarbeit</li> <li>• Beobachtungsbögen</li> <li>• Bewertungsbögen</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sicherer Umgang mit Materialien und Geräten</li> <li>• Regeln anpassen und verändern</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Taktik</li> <li>• Mannschaftstaktik</li> <li>• Kooperation</li> <li>• Koordination</li> <li>• Fairness</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fairness</li> <li>• Leistungsbereitschaft</li> <li>• Kooperationsbereitschaft</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entwicklung und Durchführung eines eigenen kleinen Spiels</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• technische Fähigkeiten fangen, werfen</li> <li>• taktische Fertigkeiten nutzen</li> <li>• teamorientiertes Handeln</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 5.1</b>
--------------------------	--------------------------	-------------------------------------

**Thema des UV: „Hindernisse überwinden durch freies und normgebundenes Turnen“** – Das Individuelle und das Kooperative beim Gerätturnen erfahren

**BF/SB 5.1: Bewegen an Geräten - Turnen**

**Inhaltsfelder:**  
**a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen**  
**d – Leistung**

- Inhaltlicher Kern:**
- Normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen
  - Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen

- Inhaltliche Schwerpunkte:**
- grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a4]
  - Leistungsverständnis im Sport [d2]

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**

**BWK**

- eine Bewegungsverbinding aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren. [6 BWK 5.2]

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

**SK**

- unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]
- psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2]

**MK**

- einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden. [6 MK a2]

**UK**

- ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis/ Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eigenes Leistungsvermögen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Turngeräte sicher auf- und abbauen</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis</b>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsbereitschaft</li> </ul>

<p>einschätzen und situativ anwenden</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anpassung an verschiedene Situationen und Geräte</li> <li>• Anpassung an einen Partner</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheitsstellungen kennenlernen und ausführen</li> <li>• Hilfestellungen kennenlernen und ausführen</li> <li>• kriteriengeleitete Technikschiulung</li> <li>• diverse Einzelbilder und Bildreihen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualitätsmerkmale von turnerischen Bewegungen</li> <li>• Geräteaufbau</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hocke</li> <li>• Wende</li> <li>• Stützen</li> <li>• Phaseneinteilung von Bewegungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Bewegungs- verbindung aus turnerischen Grund- elementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorführung der Gerätekombination (mit einem Partner)</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technische Ausführung</li> </ul>
---	--	---	--

<b>Jahrgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.1</b>
<p><b>Thema des UV: „Fußball für alle?!“</b> – Unter Berücksichtigung individueller Leistungsunterschiede variable Spielformen entwickeln, erproben und bewerten</p>		
<p><b>BF/SB 7.2: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b> e – Kooperation und Konkurrenz</p>
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Fußball)</li> </ul> <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden [6 BWK 7.1]</li> <li>• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [6 BWK 7.3]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interaktion im Sport [e2]</li> </ul> <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 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]</li> </ul>
---	---

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis/ Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anpassung an sehr heterogene Leistungsstände</li> <li>• unterschiedliche Leistungsstände akzeptieren und einschätzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stark differenzierte methodische Reihen</li> <li>• diverse kooperative Spielformen in Kleingruppen</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperative Spielformen entwickeln</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individualtaktik</li> <li>• Gruppentaktik</li> <li>• Mannschaftstaktik</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsbereitschaft</li> <li>• Fairness</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technische Grundelemente</li> <li>• Umsetzung von kooperativen Spielideen</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführung von technischen Grundelementen wie Passspiel, Annahme, Torschuß</li> <li>• Taktisch-kognitives Spielverständnis</li> </ul>
--	--	--	--

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 6.1
<p><b>Thema des UV: „Let’s dance – Tanzen wie die Stars“</b>– Zielgerichtetes Erproben vorgegebener tänzerischer Bewegungen und Formationen sowie neue Bewegungen und Aufstellungsformen in der Gruppe entwickeln und anwenden</p>		
<p><b>BF/SB 6.1: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b> <b>b - Bewegungsgestaltung</b></p>
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung [b1]</li> <li>• Präsentation von Bewegung [b2]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren [6 BWK]</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen. [6 SK b2]</li> </ul>



6.2]	<p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten. [6 MK b1]</li> <li>• einfache, kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden. [6 MK b2]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1]</li> </ul>
------	---

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis/ Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität wie u. a. Bewegungsrhythmus, Taktgefühl, Raumorientierung und Partner - und Gruppensynchronität kennenlernen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kriterien für eine gelungene Gruppenchoreographie erstellen</li> <li>• Erarbeiten einer Gruppengestaltung / Partnergestaltung</li> <li>• Beobachtungsbögen erstellen und auswerten</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• neue und selbst erstellte Formationen und Aufstellungsformen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Choreographien</li> <li>• Aufstellungsformen</li> <li>• Raumorientierung</li> <li>• Raumwege</li> <li>• Synchronität</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsbereitschaft</li> <li>• Kooperation</li> <li>• Teamarbeit</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einzelvorstellung</li> <li>• Partnerübungen</li> <li>• Gruppenchoreographie</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erfüllen der erarbeiteten Vorgaben u.a. Zeit, Raum, Synchronität</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 4.1
<b>Thema des UV: „Wie ein Fisch im Wasser“</b> – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen		
<b>BF/SB 4.1.: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>f - Gesundheit</b>
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unfall – und Verletzungsprophylaxe [f1]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen [6 BWK 4.1]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1]</li> <li>• Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Handeln (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]</li> </ul> <b>UK</b>

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis/ Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeln beim Schwimmen</li> <li>• Atmung</li> <li>• Überwasserphase – Unterwasserphase/Tauchen</li> <li>• Anpassung der Schwimgeschwindigkeit und Tauchphase an die individuelle Leistungsfähigkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erfahren von Körperverhalten im Wasser wie Auftrieb, Absinken, Gleiten, Vortrieb und Rotation</li> <li>• Erlernen von Schwimmbewegungen mit Hilfe von Materialeinsatz, Bildreihen, Videos...</li> <li>• Atemtechnik : Übungen zur Verbesserung der Atemtechnik: Ausatmung durch Mund und Nase gegen den Widerstand des Wassers</li> <li>• Übungen zur Verbesserung des Tauchens: Kopf unter Wasser, unter Wasser die Augen öffnen, Gegenstände ertauchen, Tauchen durch Hindernisse, Tauchen kopfwärts, Auf- und Abtrieb unter Wasser erfahren</li> <li>• Partnerbeobachtungen</li> <li>• Videoanalysen</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atmung regulieren</li> <li>• Wasserlage</li> <li>• Gleitphasen nutzen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auftrieb</li> <li>• Gleiten/Gleitphase</li> <li>• Armzug</li> <li>• Beinschlag</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsbereitschaft</li> <li>• Einhaltung von Regeln</li> <li>• Koordination von Teilimpulsen wie Atmung, Beinbewegung, Armbewegung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniküberprüfung</li> <li>• Zeitschwimmen</li> <li>• Wenden</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzung von Bewegungsvorgaben</li> <li>• Bewegungsfluss</li> <li>• Wasserlage</li> </ul>

<p><b>Jahrgangsstufe: 6</b></p>	<p><b>Dauer des UVs: 20</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.2</b></p>
<p><b>Thema des UV: „Schnell und sicher schwimmen wie die Großen“</b> – Einführung in die Technik des <b>Brustschwimmens</b></p>		
<p><b>BF/SB 4.2.: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b></p>
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmmarten einschließlich Start und Wende</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a1]</li> <li>• grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a4]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2]</li> <li>• eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-kordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen [6 BWK 4.3]</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]</li> </ul>

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis/ Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennenlernen und Einüben der grundlegenden Bewegungsmerkmale des Brustschwimmens</li> <li>• ausdauernd schwimmen, schwimmtypische Belastungssituationen kennenlernen</li> <li>• Verbessern der Wassersicherheit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nachvollziehen von Bewegungsabläufen anhand von Bildmaterial, Bewegungsdemonstrationen</li> <li>• Partnerbeobachtung anhand von Beobachtungsbögen + Rückmeldung</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundrhythmus und Bewegungsverlauf Beinbewegung</li> <li>• Brustbeinschlag in verschiedenen Schwimmlagen,</li> <li>• Ausatmung ins Wasser</li> <li>• Armbewegung</li> <li>• Armbewegung mit Atmung</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gleitphase</li> <li>• Wasserlage</li> <li>• Auftrieb/Abtrieb</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsbereitschaft</li> <li>• 15 Minuten ohne Halt und ohne Hilfen im tiefen Wasser schwimmen können</li> </ul> <p><b>punktuell:</b> Techniküberprüfung</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gleichmäßiger Beinschlag</li> <li>• Wasserlage</li> <li>• Gleichmäßige Armbewegung</li> <li>• Vortrieb</li> <li>• Koordination der jeweiligen Teilimpulse</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technikausführung</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.3</b>
--------------------------	--------------------------	-------------------------------------

**Thema des UV: „Kopfüber und unter Wasser“ – Springen aus unterschiedlichen Höhen sowie Tauchen in unterschiedlichen Tiefen**

**BF/SB 4.3.: Bewegen im Wasser – Schwimmen**

**Inhaltsfelder:**  
c - Wagnis

**Inhaltlicher Kern:**

- Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Handlungssteuerung [c1]

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**

**BWK**

- grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2]
- in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen [6 BWK 4.4]

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

**SK**

- die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]

**MK**

- verlässlich auf verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]

**UK**

- einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1]

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis/ Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstvertrauen und Selbstsicherheit in Erfahrungssituationen des</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erarbeiten unterschiedlicher Sprungvarianten einzeln oder mit Partner anhand</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Basissprünge Drehen, Hechten, Hocken, Grätschen</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsbereitschaft</li> <li>• individuelle Entwicklung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p>

<p>Wasserspringens aufbauen und fördern</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheitsrelevante Verhaltensweisen beim Wasserspringen bewusst machen und einüben</li> <li>• Unterwasserphasen als Teil von Schwimmtechniken</li> </ul>	<p>von Arbeitsblättern, Videos, Bilderreihen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuelle Einschätzung der Wagnissituation</li> <li>• Atemübungen für Tauchphasen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnersprünge</li> <li>• Körperspannung ausbilden als Voraussetzung des Wasserspringens</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Drehung</li> <li>• Hechtsprung</li> <li>• Hocke</li> <li>• Grätschsprung</li> <li>• Fußsprung</li> <li>• Kopfsprünge</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Streckentauchen</li> <li>• Variation der Sprünge</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• technische Ausführung</li> <li>• Synchronität bei Partnersprüngen</li> </ul>
---	---	--	---

<b>Jahrgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.2</b>
<b>Thema des UV: „Volleyball“</b> – über Spiel- und Übungsformen hin zum ersten Klassenturnier		
<b>BF/SB 7.2. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mannschaftsspiele (Volleyball)</li></ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Interaktion im Sport [e2]</li></ul>

<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2]</li> <li>in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [6 BWK 7.3]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]</li> <li>sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>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]</li> </ul>
--	---

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis/ Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Erlernen des oberen Zuspiels beim Volleyball</li> <li>Festigen und Korrigieren des Bewegungsablaufs beim oberen Zuspiel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Volley Bälle spielen</li> <li>Partnerübungen (1 mit 1 und 2 mit 2) vor Gruppenübungen (höhere Übungsintensität)</li> <li>Erhöhung der Mannschaftsstärken und Spielformen (1 mit 1; 1 gegen 1, 2 mit 2, 2 gegen 2, 3 mit 3, 3 gegen 3)</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliches Ballmaterial (Größe, Flugeigenschaften, Gewicht, Größe)</li> <li>variable Höhe der Schnur</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Oberes Zuspiel – Pritschen</li> <li>volley spielen</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leistungsbereitschaft</li> <li>Partnerarbeit</li> <li>Fairness</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Überprüfung der technischen Ausführung</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Umsetzung der technischen Vorgaben in den Partnerübungen</li> </ul>



<b>Jahrgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.1</b>
<b>Thema des UV: „Laufen, Springen, Werfen“</b> – Erprobung verschiedener leichtathletischer Disziplinen am Beispiel Sprint, Weitsprung, Schlagballwurf		
<b>BF/SB 3.1: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</b>		<b>Inhaltsfelder: d - Leistung</b>
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>• traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsverständnis im Sport [d2]</li> </ul>

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen
<p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegendes leichtathletisches Bewegten (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1]</li> <li>leichtathletische Disziplinen (u.a. Spring, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen [6 BWK 3.2]</li> <li>einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfvhaltens durchführen [6 BWK 3.3]</li> </ul>	<p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]</li> </ul>

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p><b>Sprint</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Erlernen der grundsätzlichen Sprinttechniken (Körper,- Armhaltung, Aufsetzen des Fußes o.ä.)</li> <li>Kennenlernen der Körperreaktionen bei schnellem Laufen (Herzfrequenz, Gesichtsrötung, Schwitzen...)</li> </ul> <p><b>Sprung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>kennenlernen unterschiedlicher Sprungtechniken</li> <li>Phasenstruktur beim Sprung: Anlauf – Absprung – Flugphase – Landung</li> </ul>	<p><b>Sprint</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Demonstrationen (Lehrer und SuS), z.B. des Tiefstarts</li> <li>Laufspiele zur Vermittlung von Spaß am schnellen Laufen</li> <li>Teamwettbewerbe (Staffeln, Nummernwettläufe o.ä.)</li> </ul> <p><b>Sprung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Demonstrationen (Lehrer und SuS), z.B. des Schwungbeineinsatzes</li> <li>kriteriengeleitete Partnerbeobachtungen zur Technikverbesserung</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sprung-Abc: Federnder Lauf, Hopslerlauf, Wechsel-sprünge, Einbeinhüpfen und –springen</li> <li>Fangspiele aller Art (Atomspiel, Schwarz-weiß, „Frühstarter“, „Haltet den Dieb“, Seilchen-Sprint o.ä.)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Phasenstruktur von Bewegungen</li> <li>Stemmbeineinsatz</li> <li>Herzfrequenz</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leistungsbereitschaft</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Überprüfung der technischen Ausführung</li> <li>Weiten- und Zeitüberprüfung</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Weiten und Zeiten nach Tabelle</li> <li>Technische Bewegungsausführung</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bedeutung des Anlaufes erkennen und verbessern</li> <li>• Schwung- und Sprungbein</li> </ul>	<p><b>Wurf</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstrationen (Lehrer und SuS) zur Schaffung einer Bewegungsvorstellung (z.B. Demonstration des Eindrehens der Hüfte)</li> </ul>		
<p><b>Wurf</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Werfen mit unterschiedlichen Bällen (Tennis-, Hand-, Fuß-, Volley-, Basket-, Medizin-, Schlag-, Schleuderbällen)</li> <li>• Standwurf und Wurf aus dem 3-Schritt-Rhythmus</li> </ul>			

<b>Jahrgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 1.1</b>
--------------------------	--------------------------	-------------------------------------

**Thema des UV: "Ausdauernd Sport treiben"** – Atmung und Puls als Belastungskennzeichen kennen lernen, messen und deuten

<b>BF/SB 1.1.: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> d – Leistung f – Gesundheit
---	---

<b>Inhaltlicher Kern:</b>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> <li>• motorische Grundfähigkeiten und –fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsverständnis im Sport [d2]</li> </ul>

<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>
<b>BWK</b>	<b>SK</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen [6 BWK 1.1]</li> <li>• eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]</li> </ul>
	<b>MK</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]</li> </ul>

<p>Anforderungssituationen nutzen [6 BWK 1.2]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen und ein einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (Laufen 15 min.) erbringen [6 BWK 1.4]</li> </ul>	<p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]</li> </ul>
--	--

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Themen reflektierter Praxis/ Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Vermittlung von Spaß am ausdauerndem Laufen</li> <li>Einschätzen und Anpassen der individuellen Laufgeschwindigkeit</li> <li>Merkmale körperlicher Reaktionen bei ausdauerndem Laufen benennen</li> <li>Puls und Atemfrequenz als Mittel zur Belastungskontrolle kennen und nutzen lernen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Laufspiele zur Verbesserung der allgemeinen Grundlagenausdauer</li> <li>sinnvolle und individuelle Ziele setzen</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Formen von Ausdauerläufen- und Spielen</li> <li>Pulstagebuch führen, Werte graphisch umsetzen und deuten lernen</li> <li>Lauf-Aufgaben-Triathlon</li> <li>Minutenläufe und Staffelläufe</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Herzfrequenz</li> <li>Pulsmessung</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leistungsbereitschaft</li> <li>Durchhaltevermögen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Auswertung der Pulstagebücher</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Auswertung der Pulstagebücher</li> <li>Laufen ohne Unterbrechung</li> <li>normierte Zeitnahme</li> </ul>