

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 5

Nummerierung	Name des UVs
UV 1	„ Gemeinsam und kooperativ “ – Unterschiedliche Spiele und Spielideen (z.B. Völkerball) unter besonderer Berücksichtigung der gruppenübergreifenden Kooperation durchführen und/oder weiterentwickeln
UV 2	„ Rennen, Hüpfen, Werfen “ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren
UV 3	„ Gegeneinander und Miteinander Fußball spielen “ – Erlernen grundlegender Techniken und Strukturen, um in Gruppen Fußball zu spielen
UV 4	„ Basic Tricks mit Seil und Partner “ – Eine Minichoreographie mit dem Seil zum Rhythmus der Musik gestalten und dabei mindestens 3 Tricks kombinieren und demonstrieren
UV 5	„ Baseball in der Schule? “ - Wir entwickeln unser eigenes Brennballspiel durch die Veränderung von Regeln und Rahmenbedingungen
UV 6	„ Vielfältig und fair “ – Allein und in Gruppen um Räume, Gegenstände und Ausgangssituationen regelgerecht kämpfen
UV 7	„ Spannungsgeladene Ninja Warriors “ – Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Geräte- und Abenteuerstationen und -parcours nutzen
UV 8	„ Spielen fürs Köpfchen “ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („Games for brains“) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit erproben
UV 9	„ Ausdauer macht Spaß! “ – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben
UV 10	„ Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf “ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben - Sportfest/Sportabzeichen

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 6

Nummerierung	Name des UVs
UV 1	„ Qualle, Delphin, Wal und Flusspferd “ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen
UV 2	„ Daumen – Greifen – Ziehen – Drücken! Und Drehen! Und Atmen! “ – Beim Erlernen des Kraulschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen
UV 3	„ Wasserspringen ohne Angst und Übermut! “ – Beim vielfältigen Springen mit Angst umgehen und seine Grenzen ausloten
UV 4	„ Fit und leistungsstark “ – In einer selbst gewählten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung der Reaktionen des eigenen Körpers ausdauernd schwimmen können
UV 5	„ Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß? “ – Verschiedene Spiele und Spielideen kennen lernen, kriterienorientiert variieren und deren Regeln dokumentieren
UV 6	„ Vom Handball zum Tchoukball “ – Erlernen von Grundtechniken zum gemeinsamen Spielen im Handball
UV 7	„ Aerobic “: Einführung verschiedener Aerobic-Grundschriffe (<i>low und high impact</i>). Gestaltung einer Kleingruppen-Choreografie mit den erlernten Grundschriffen, dazu selbstständig Armbewegungen finden unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum
UV 8	„ Schwingen, Stützen und Springen “ – an unterschiedlichen Turngeräten sicher turnen
UV 9	„ Floorball “ - Einführung in das Sportspiel Floorball unter Verständigung auf die Regelstrukturen, <i>alternativ</i> : „ Flag Football “ – Einführung in das Sportspiel Flag Football unter Verständigung auf die Regelstrukturen
UV 10	„ Wer bremsen kann, gewinnt “ – Einen selbst erstellten niveaudifferenzierten Skate-Parcours sicherheitsbewusst bewältigen
UV 11	„ Ganz schön aus der Puste! “ – mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd laufen können (<i>spielerisch</i>)
UV 12	„ Abgerechnet wird zum Schluss “ – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 7

Nummerierung	Name des UVs
UV 1	„ Badminton mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen “ – Erlernen grundlegender Techniken und Strukturen, um Badminton regelgerecht und taktisch sicher zu spielen
UV 2	„ Bodenturnen “ – Das Erarbeiten und Präsentieren einfacher Turnkombinationen am Boden
UV 3	„ Sport ist so vielseitig! “ – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten
UV 4	„ Vom Volley spielen zum Kleinfeldvolleyball im ,2 mit 2‘‘ “ – Erlernen der Grundfertigkeiten auf kleinem Feld im Mit- und Gegeneinander
UV 5	„ Erste Schritte im Basketball “ - Erlernen von Grundtechniken zum gemeinsamen Spielen im Basketball
UV 6	„ Weit hinaus “ - Sammeln erster Weitsprungerfahrungen sowie Erproben und Erlernen verschiedener Weitsprungtechniken
UV 7	„ Einer wird gewinnen “ – mit unterschiedlichen Partner*innen fair und regelkonform zweikämpfen
UV 8	„ Gegeneinander spielen und gewinnen wollen “ – im Fußball regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Leitsätzen angemessen spielen
UV 9	„ Spielend lernen “ – Spiele mit konditionellen, koordinativen und kognitiven Anforderungen spielen, variieren und eigenständig weiterentwickeln

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 8

Nummerierung	Name des UVs
UV 1	„ Weiter, weiter, weiter “ – Stoßen, Schleudern
UV 2	„ Funsport “– Ultimate Frisbee, Tschoukball oder Intercross
UV 3	„ So sieht das aus!? “ - die eigene Bewegungsqualität in der Ball-Ko-Robics Choreographie durch Fremdbeobachtung (analoge Medien) und Selbsteinschätzung (digitale Medien) verbessern und den Nutzen unterschiedlicher Medien beim Bewegungslernen vergleichend beurteilen
UV 4	„ Fitness - Krafttraining “
UV 5	„ Gegeneinander und miteinander Handball spielen “ – Erlernen grundlegender Techniken und Strukturen, um in Gruppen Handballball zu spielen
UV 6	„ Überwinde Hindernisse und deine Angst “ – Parkourdurchlauf
UV 7	„ Annahme, Stellspiel und los! “ – Volleyball: Dieses Mal mit Steller im Gegeneinander
UV 8	„ Aufsteigen und los rollen “ – Verantwortungsvoll mit den Grenzen der Balance spielen

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 9

Nummerierung	Name des UVs
UV 1	„ Ich mach mich fit! “ – Ausdauerndes Laufen im Gelände
UV 2	„ Mit Choreographen und Kameras “ – unterschiedliche Battle Situationen z.B. im Hip-Hop durch Veränderung von Aufstellungsformen, Raumwegen und Raumebenen darstellen und die Wirkung auf den Zuschauer beurteilen
UV 3	„ Vom Kleinfeldvolleyball zum Großfeldvolleyball “ – Gruppen- und mann-schaftstaktisches Verhalten unter Berücksichtigung von Fairness und Fairplay vom 3:3 teilweise auf das 6:6 übertragen und so dem Zielspiel ein Stück näher-kommen. (Exkurs: Beachvolleyball)
UV 4	„ Aus dem Gleichgewicht “ – unterschiedliche Partnerinnen und Partner und Gegnerinnen und Gegner durch Techniken und Prinzipien vertrauensvoll und kontrolliert werfen und fallen lassen
UV 5	„ Schneller, höher, weiter “ – eine neue, komplexe leichtathletische Technik als Herausforderung annehmen und mit Unterstützung digitaler Medien erler-nen“ → Sammeln erster Hochsprungerfahrungen sowie Erproben und Erlernen von Techniken der Lattenüberquerung (Schersprung, Fosbury Flop)
UV 6	„ Gekonnt koordinieren “ – Planung und Durchführung eines vielfältigen Koor-dinationstrainings unter besonderer Berücksichtigung der unterschiedlichen An-forderungen (u.a. Zeit-, Belastungs- und Präzisionsdruck) von sportlichen Be-wegungen
UV 7	Basketball – Gegeneinander spielen und gemeinsam Lösungen finden: regel-konform sowie individual-, gruppen- und mann-schaftstaktisch zielgerichtet spie-len und kooperieren

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 10

Nummerierung	Name des UVs
UV 1	„ Gib mir das Ei “ – Flag-Football als körperloses Endzonenspiel unter Berücksichtigung der besonderen taktischen Herausforderungen und der Möglichkeiten der geschlechterübergreifenden Partizipation kennen lernen, <u>alternativ</u> : Funsport - „ Vom Brennball zum Baseball “ – Softball als typisch amerikanisches Mannschaftsspiel spielen und verstehen
UV 2	„ Standardtanz “ - Sich und den Partner im Gesellschaftstanz erproben
UV 3	„ Unser Run! “ – Eine spannende turnerische Partnergestaltung an einer Hindernisbahn entwickeln und präsentieren
UV 4	„ Badminton - Technik taktisch richtig im Spiel einsetzen “ – Erweitern und festigen grundlegender Techniken, um Badminton regelgerecht und taktisch sicher zu spielen
UV 5	„ Das Fitnessstudio in der Turnhalle “ – Planung, Durchführung und Reflexion eines selbst erstellten Fitnesszirkels mit gesund-funktionalen Übungen
UV 6	„ Unser Fünfkampf “ – einen alternativen leichtathletischen Wettkampf in 5 Disziplinen planen, durchführen und auswerten
UV 7	Fußball – im Spiel taktisch denken und handeln – Fußball als Teamspiel weiterentwickeln – technisch-taktisch koordiniert handeln und Verantwortung in der Spielorganisation übernehmen