

Bewegungsfelder	Inhalte	Bewertung	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
<p>Spiele</p>	<p>Kleine Spiele - Spiele spielen auch im Zusammenhang mit der Thematik „Teamspiele zur Förderung des Gemeinschaftsgefühls“ (Fächerverbindendes Projekt mit dem Fach Werte und Normen) Mögliche Inhalte: Wurf- und Fangspiele, z.B. Tchouk-Ball, , Takeshi's Castle; Laufspiele: Puzzellauf, ...;</p> <p>Indian-Dutch (Turniervorbereitung)</p>	<p>Note 2: hohe Einsatzbereitschaft, gutes spielsituationsangemessenes Verhalten, hohe Ballsicherheit, faire Spielweise, regelkonforme Schiedsrichtertätigkeit, Reflexion, konstruktive Mitarbeit beim Entwickeln von Regeln und Taktiken</p> <p>Note 4: wechselnde/eingeschränkte Einsatzbereitschaft, nur eingeschränktes / seltenes spielsituationsangemessenes Verhalten, Ballsicherheit wenig ausgebildet, meist faire Spielweise, selten durchgeführte oder unsichere/unfaire Schiedsrichtertätigkeit, geringe Bereitschaft zur Reflexion, kaum konstruktive Mitarbeit beim Entwickeln von Regeln und Taktiken</p>	<ul style="list-style-type: none"> • spielen ein selbst entwickeltes Kleines Spiel • wenden elementare Spielregeln an • wenden grundlegende Techniken von Sportspielen in spielgemäßen Situationen an • wenden einfache taktische Maßnahmen an 	<ul style="list-style-type: none"> • erkennen Strukturelemente und Regeln eines Sportspiels • erkennen einfache taktische und technische Anforderungen eines Sportspiels • spielen fair • spielen mannschaftsdienlich • setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein • reflektieren Strukturen eines funktionierenden Teams
<p>Turnen und Bewegungskünste</p>	<p>Boden Rolle vorwärts, Rolle rückwärts, Handstand mit Sicherheitsstellung, Rad</p> <p>Schwebebalken Gehen vorwärts und rückwärts, Ballenstand, Hockstand, halbe Drehung im Stand, Auflaufen, Aufhocken, Abgang: Strecksprung</p>	<p>Note 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> • gute Ausführung der Bewegungsaufgaben, • gute Kenntnisse über Bewegungskriterien und Reflexion, • große Bereitschaft und großes Engagement für Übungsphasen, Auf-/ Abbau sowie Hilfestellungen <p>Note 4:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ausreichende Ausführung der Bewegungsaufgaben (Grobform) , • wenig Kenntnisse über Bewegungskriterien und geringe Reflexion , • stark eingeschränkte Bereitschaft und wenig Engagement für Übungsphasen, Auf- / Abbau sowie Hilfestellungen 	<ul style="list-style-type: none"> • verbinden und präsentieren flüssig drei unterschiedliche turnerische Bewegungen an einem Gerät oder einer vorgegebenen Gerätebahn • präsentieren ein auf Körperspannung und Balance beruhendes Kunststück mit der Partnerin/dem Partner • bauen Geräte sachgerecht auf • wenden grundlegende Hilfe- und Sicherheitsstellungen nach Vorgabe sachgerecht an 	<ul style="list-style-type: none"> • erkennen unterschiedliche Schwierigkeitsgrade von turnerischen Bewegungen • nehmen Unterstützung an, bauen Vertrauen auf und übernehmen Verantwortung für sich und die Partnerin/den Partner • setzen sich mit der eigenen Leistungsfähigkeit und der des Partners hinsichtlich turnerischer Bewegungen auseinander • erkennen und beschreiben die Notwendigkeit von sachgerechten Geräteaufbauten und Gerätesicherungen sowie von Hilfe- und Sicherheitsstellungen

Bewegungsfelder	Inhalte	Bewertung	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
<p>Laufen, Springen, Werfen</p>	<p>Schnell laufen – Sprintspiele</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sprint (50 m) • Start beim Sprint: Hochstart, alternativ Tiefstart • Staffelläufe <p>Ausdauerlauf</p> <ul style="list-style-type: none"> • 800 m / 1000m • Ausdauerschulung (z.B. Laufabzeichen) • Laufrhythmusschulung <p>Werfen mit und ohne Anlauf</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schlagballwurf (80 g) <p>Weitsprung aus der Absprungzone</p> <ul style="list-style-type: none"> • Weitsprünge aus der Zone • einen schnellen Anlauf in einen einbeinigen Absprung umsetzen können • die Flugphase so gestalten, dass bei der Landung (beidbeinig) die Füße weit vorgebracht werden 	<p>Motorischer Anteil Bewertung des 50m Laufs oder eines alternativen Schnelligkeitstests (Slalomlauf, 9-3-6-3-9 Linienlauf), Ausdauer, Weitsprung oder Schlagballweitwurf gemäß d. Tabellen unter Einbeziehung technischer Kriterien</p> <p>Note 2: Gute Leistungen entsprechend d. Tabellen (30%) so-wie Umsetzung technischer Kriterien (30%) im 50m Lauf (Hochstart, Sprinttechnik), Weitsprung (Anlauf, Absprung, Flugphase, Landung) oder Weitwurf (Wurfauslage, Wurfarm, Gewichtsverlagerung, Abwurf)</p> <p>Note 4: Ausreichende Leistungen gemäß d. Tabellen (30%) sowie fehlerhafte Umsetzung der technischen Kriterien (30%), so dass die jeweilige Bewegung stark beeinträchtigt wird.</p> <p>Unterrichtsbeteiligung</p> <p>Note 2: Hohe Bereitschaft, für Übungsphasen, Geräteaufbau- und Abbau, konstruktive Mitarbeit (z.B. Technikriterien), Reflexion.</p> <p>Note 4: Eingeschränkte Bereitschaft, theoretische Kenntnisse, Mitarbeit, Reflexion.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • laufen ausdauernd unter Berücksichtigung der individuellen Zeit- und Streckeneinteilung • laufen eine kurze Strecke in maximalem Tempo • erproben unterschiedliche Starttechniken • werfen einen Schlagball und/ oder andere Wurfgegenstände aus der Wurfauslage mit der rechten und der linken Hand möglichst weit • springen nach einem Anlauf aus einer Absprungzone weit und/ oder hoch • erproben unterschiedliche Sprungformen 	<ul style="list-style-type: none"> • schätzen ihr persönliches Belastungsempfinden ein • vergleichen und reflektieren unterschiedliche Starttechniken • beschreiben und erkennen Unterschiede verschiedener Bewegungslösungen bei sich und anderen • erklären die Bedeutung des Anlaufes bei unterschiedlichen Hoch- und Weitsprungtechniken • beschreiben, vergleichen und reflektieren unterschiedliche Weitsprungtechniken

Bewegungsfelder	Inhalte	Bewertung	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
<p>Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen</p>	<p>Das Erlernen neuer Bewegungsformen soll Vorrang haben vor der Feinformung von Fertigkeiten.</p> <p>Wassergewöhnung (z. B. Gleit-, Beinschlag- und Atemübungen)</p> <p>Koordinationsschulung</p> <p>Einführung der Stilarten Rückencrawl und Brustcrawl Starts und einfachen Wenden Verbesserung des Brustschwimmens Gebrauch von Hilfsmitteln (Schwimmbrettern, Pull Buoys)</p> <p>Einführung Fußsprung (Startblock oder 1-Meter-Brett) und Startsprung</p> <p>Kleine Spiele im Wasser</p> <p>Tieftauchen und Streckentauchen über Kurzdistanzen</p> <p>Kurz- und Langstreckenschwimmen</p> <p>Abnahme der Jugendschwimmabzeichen Bronze und Silber</p>	<p>Motorischer Anteil</p> <p>Zeitschwimmen, Tauchen Brust/Rücken/Strecke gemäß der Tabellen</p> <p>Technikbewertung Rücken/Brust Note 2: Gute Wasserlage, effektive Arm- und Beinarbeit, koordinierte Atmung, Bewegungsrhythmus, Dynamik Note 4: Es treten Fehler auf, die die Bewegungsausführung stark beeinträchtigen.</p> <p>Technikbewertung Startsprung Note 2: Korrekte Kopfhaltung, Eintauchen, Dynamik Note 4: Es treten Fehler auf, die die Bewegungsausführung stark beeinträchtigen.</p> <p>Note 1: Schwimmbabzeichen in Silber Note 3: Schwimmbabzeichen in Bronze</p> <p>Unterrichtsbeteiligung Note 2: Reflexion, Bereitschaft, Nutzung des Bewegungsangebotes Note 4: Stark reduziertes Engagement</p>	<ul style="list-style-type: none"> • demonstrieren das Schwimmen in einer Gleichzug- oder einer Wechselzugtechnik • schwimmen 15 Minuten ausdauernd • führen einen Startsprung vom Beckenrand oder Startblock aus • präsentieren nach vorgegebenen Kriterien zwei unterschiedliche Sprünge vom Startblock oder 1-Meter-Brett • transportieren allein und gemeinsam Gegenstände schwimmend durchs Wasser • wenden grundlegende Fertigkeiten zur Selbstrettung an • erkennen Gefahrensituationen und verhalten sich entsprechend • orientieren sich unter Wasser und bewegen sich zielgerichtet fort 	<ul style="list-style-type: none"> • schätzen ihre Schwimmfähigkeit richtig ein • und wechseln bei Bedarf die Lage • vergleichen die Anforderungen beim Springen oder beim Tauchen.

Leistungsbewertung

Bewertet wird nach der Sachnorm: Bewegungsbezogene Leistungen gehen 70% und sonstige Leistungen zu 30% in die Gesamtnote ein. Beachtet werden zudem die Individual- und Sozialnorm.

Zu sonstigen Leistungen zählen z. B.:

- Beiträge zum Unterrichtsgespräch,
- Einsatzbereitschaft
- Mithilfe beim Auf- und Abbau,
- mündliche bzw. schriftliche Überprüfungen,
- schriftliche Ausarbeitungen,
- Unterrichtsdokumentationen (z. B. Protokoll, Lernbegleitheft, Lerntagebuch, Portfolio usw.),
- Anwenden fachspezifischer Methoden und Arbeitsweisen,
- Präsentationen, auch mediengestützt (z. B. durch Einsatz von Multimedia, Plakat, Modell usw.),
- Ergebnisse von Partner- oder Gruppenarbeiten und deren Darstellung,
- verantwortungsvolle Zusammenarbeit im Team,
- Langzeitaufgaben und Lernwerkstattprojekte sowie
- freie Leistungsvergleiche (z. B. Schülerwettbewerbe).