

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 5

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE
UV 1	„Gemeinsam und kooperativ“ – Unterschiedliche Spiele und Spielideen unter besonderer Berücksichtigung der gruppenübergreifenden Kooperation durchführen	2.1	8
UV 2	„Spielen fürs Köpfchen“ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („Games for brains“) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit erproben	2.2	4
UV 3	„Rennen, Hüpfen, Werfen“ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren	3.1	10
UV 4	„Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf! – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben	3.2	10
UV 5	„Geräte sicher, geschickt und verantwortungsbewusst überwinden“ – Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Geräte- und Abenteuerstationen und -parcours nutzen	5.1	10
UV 6	Eine Minichoreografie mit einem oder mehreren Partner(n) zum Rhythmus der Musik mit einem ausgewählten Handgerät (z.B. mit dem Seil oder dem Ball) oder Alltagsmaterial gestalten und präsentieren	6.1	10
UV 7	Heidelberger Ballschule - Grundlegende Regeln, Fertigkeiten und Fähigkeiten des kooperativen Spielens erfahren	7.1	10
UV 8	“Get the Cup” - Vorbereitung auf ein Rundlaufturnier im Tischtennis	7.2	8
UV 9	„Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß? – Verschiedene Spiele und Spielideen kennen lernen, kriterienorientiert variieren und deren Regeln dokumentieren	2.3	6
UV 10	„Wir entwickeln ein neues Spiel“ – Ein eigenes Spiel ausgehend von bekannten Spielideen und vereinfachten Regelstrukturen entwickeln und hinsichtlich ausgewählter Aspekte bewerten	2.4	14
UV 11	„Abgerechnet wird zum Schluss“ – wir bereiten uns gemeinsam auf einen klassenübergreifenden leichtathletischen Mehrkampf vor und führen ihn regelgerecht miteinander durch	3.3	12
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			160 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			102 UE
Freiraum:			58 UE

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 6

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE
UV 1	„Rolle, Handstand, Rad ... und was geht noch?“ – Grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Bewegungsverbindung nutzen	5.2	12
UV 2	Eine gemeinsame Basischoreographie zu Musik in Kleingruppen weiterentwickeln	6.2	12
UV 3	„Auf dem Weg zum Basketball“ – Alternative Spielformen (z.B. Turmball) taktisch angemessen und regelgerecht bewältigen	7.3	12
UV 4	„Erste Schritte im Basketball“ – Einfache Spielsituationen im Spiel 3:3 durch taktisch angemessenes und regelgerechtes Verhalten bewältigen	7.4	10
UV 5	“Fair nach Regeln kämpfen” - Vom Kampf um den Gegenstand zum verantwortungsvollen Kampf mit einem Partner	9.1	10
UV 6	Feel the Wave – Sich mit dem Waveboard kontrolliert und sicher fortbewegen	8.1	12
UV 7	„Qualle, Delphin, Wal und Flusspferd“ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen	4.1	10
UV 8	„Greifen – Ziehen – Drücken – Gleiten - Atmen!“ – Beim Erlernen des Kraul- oder Brustschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen	4.2	10
UV 9	„Wasserspringen und Streckenschwimmen ohne Angst und Übermut! “ – Beim vielfältigen Springen mit Angst umgehen und beim Streckenschwimmen die sportliche Anforderung erfolgreich meistern	4.3	10
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			120 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			98 UE
Freiraum:			22 UE

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 7

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE
UV 1	„ <i>Ich will besser werden!</i> “ – Die eigene Schwimmtechnik (im Kraul-, Brust-, Rücken- oder Delphinschwimmen) mit Start und Wende optimieren	4.4	10
UV 2	„ <i>Abtauchen!</i> “ – Sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen	4.5	10
UV 3	„ <i>Hilfe!</i> “ – Gefahren im Wasser sicher begegnen und sich selbst und andere retten	4.6	10
UV 4	„ <i>Unsere Wasser-Show</i> “ – Erarbeiten unterschiedlicher Gruppengestaltungen im, auf und über Wasser	4.7	10
UV 5	„ <i>Strategie, Geschicklichkeit oder Glück!</i> “ – Spiele mit unterschiedlichen Strukturmerkmalen beim Spielen erleben, gezielt variieren und auf ihre Wirkung hin reflektieren	2.5	12
UV 6	„ <i>Gegeneinander spielen und gewinnen wollen</i> “ – Technisch-koordinative Fertigkeiten im Fußball verbessern und diese regelkonform, fair und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen erproben und sich im Rahmen eines Jahrgangsturniers mit anderen messen	7.5	12
UV 7	„ <i>Übung macht den Meister</i> “ – Unterschiedliche leichtathletische Techniken durch gezieltes Lernen und Üben verbessern	3.4	14
UV 8	„ <i>Vom Boden aufs Gerüt! Sicheres Turnen vielfältig erfahren!</i> “ – Am Barren und Reck auch schwierigere Übungen sicher turnen	5.3	12
UV 9	Gestaltung einer Bewegungskomposition aus dem Bereich der Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater, Jonglage) alleine oder in der Gruppen	6.3	10
UV 10	„ <i>Spielend lernen</i> “ – Spiele mit konditionellen, koordinativen und kognitiven Anforderungen spielen, variieren und eigenständig weiterentwickeln	2.6	8
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			120 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			104 UE
Freiraum:			12 UE

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 8

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	“ Master the Wave II ” - Ausweitung gerätespezifischer technisch koordinativer Fertigkeiten mit dem Ziel eines gestalterischen, spielerischen oder wettkampfbezogenen Einsatzes des Waveboards	8.2	10
UV 2	„ <i>So spielt man anderswo</i> “ – Spiele aus anderen Kulturen spielen und hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Leistungsbegriff, Partizipation, mit- und gegeneinander) analysieren und beurteilen	2.7	10
UV 3	“ <i>Feel the beat</i> ” - Die eigene Bewegungsqualität in einer Ball-Ko-Robics Choreographie durch Fremdbeobachtung und Selbsteinschätzung unter Einbezug analoger und digitaler Medien verbessern	6.4	10
UV 4	„ <i>Akrobatische Kunststücke</i> “ – Eine attraktive akrobatische Gruppengestaltung erarbeiten und präsentieren	5.4	12
UV 5	„ <i>Gegeneinander spielen und gewinnen wollen</i> “– im Basketballspiel 4:4 regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen	7.6	12
UV 6	„ <i>Felge, Kippe, Ausschleudern? Mit Sicherheit!</i> “ – Am Barren, Reck und Ringen auch schwierigere Übungen sicher turnen	5.5	12
UV 7	„ <i>Miteinander spielen</i> “ – Grundlegende Techniken und Spielprinzipien im Volleyball erlernen und anwenden	7.7	12
UV 8	Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? – seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings sowie eine weitere Entspannungs-technik kennen und anwenden (z.B.: Deutscher Motorik Test)	1.1	12
UV 9	“ <i>Höher schneller weiter</i> ” – Einen leichtathletischen Mehrkampf individual vorbereiten und durchführen	3.5	12
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			120 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			102 UE
Freiraum:			18 UE

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 9

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„Gib mir die Scheibe“- Ultimate Frisbee als körperloses Endzonenspiel unter Berücksichtigung der besonderen taktischen Herausforderungen und der Möglichkeiten der geschlechterübergreifenden Partizipation kennen lernen	7.8	12
UV 2	„Das kann ich (noch) nicht, aber das iPad wird mir helfen!“ – Eine neue, komplexe leichtathletische Technik als Herausforderung annehmen und mit Unterstützung digitaler Medien erlernen	3.6	12
UV 3	„Vom Streetball zum Zielspiel“ – Gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten unter Berücksichtigung von Fairness und Fairplay vom 3:3 auf das 5:5 übertragen und so dem Zielspiel ein Stück näher kommen	7.9	12
UV 4	„Unser Run!“ – Eine spannende turnerische Partnergestaltung an einer Hindernisbahn entwickeln und präsentieren	5.6	12
UV 5	„Einer wird gewinnen“ – mit unterschiedlichen Partnerinnen und Partnern fair und regelkonform zweikämpfen	9.2	12
UV 6	„Einführung in das Spiel Tischtennis“ – Spielsituationen im Tischtennis wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen bewältigen	7.10	10
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			80 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			70 UE
Freiraum:			10 UE

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 10

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	Als Team zum Erfolg – Grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten im Volleyball in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden	7.11	12
UV 2	„Coole Moves“- Tanzsequenzen unter Berücksichtigung von Aufstellungsformen, Raumwegen und Raumebenen gestalten und ihre Wirkung auf den Zuschauer beurteilen	6.5	12
UV 3	„Den Anforderungen eines Turniers gewachsen sein“ – Zielorientierte Anwendung der grundlegenden Techniken im Badminton durch Erarbeitung individueller Spieltaktiken (im Einzel und Doppel)	7.11	12
UV 4	„Unser Dreikampf“ – einen alternativen leichtathletischen Wettkampf in 3 Disziplinen planen, durchführen und auswerten	3.7	12
UV 5	Wie bereite ich mich gezielt für spezifische Sportarten vor und nach? – selbständig spezifische Aufwärm- und Trainingsmethoden für ausgewählte Sportarten anwenden und im „Cool down“ passende Entspannungsmethoden einsetzen	1.2	12
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			80 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			60 UE
Freiraum:			20 UE

