

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des UV |
|--|---|------------------|---|----------|--------------|
| Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) | BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) | E | . | EF | 12 Std. |

Flagge zeigen – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten im Flag Football in Angriff und Abwehr zur Verbesserung der speziellen Spielfähigkeit

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Wählen Sie ein Element aus

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Wählen Sie ein Element aus

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).

(e): Die Schülerinnen und Schüler können sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|---------|--------------|---------|-----------------|------------------|-------------------|--|--|-----------|--|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einführung über didaktisch reduzierte Spielregeln zum Zielspiel <p>Oder</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einführung über Ballbehandlung direkt zum Zielspiel | <p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - SuS erarbeiten Vor- und Nachteile von Raumverteidigung und Spielerverteidigung - SuS treffen Absprachen bezüglich Mannschaftstaktik und wenden diese an - SuS sind in der Lage ein entsprechendes Playbook zu erstellen und zu lesen. | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Umgang mit dem Ball - Laufwege und Passrouten - Regelwerk - Playbook. | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Analyseaufgabe</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Beiträge in der Gruppen- und Partnerarbeit - Bewegungsausführung, Zuwachs an Bewegungsqualität - Anstrengungsbereitschaft - Führen eines Playbook <p><u>punktuell:</u></p> <p>Analyse einer Spielsituation.</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Positionen und Lauf-/Passrouten benennen und begründen können - Alternativen für Offense und Defense aufzeigen können | | | | | | | | | | |
| <p>Fachbegriffe</p> <table border="0"> <tr> <td>Offense</td> <td>Interception</td> </tr> <tr> <td>Defense</td> <td>incomplete pass</td> </tr> <tr> <td>Lauf-/Passrouten</td> <td>Line of scrimmage</td> </tr> <tr> <td>Positionen (Quarterback, Running-Back, Receiver, Center)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Touchdown</td> <td></td> </tr> </table> | | | | Offense | Interception | Defense | incomplete pass | Lauf-/Passrouten | Line of scrimmage | Positionen (Quarterback, Running-Back, Receiver, Center) | | Touchdown | |
| Offense | Interception | | | | | | | | | | | | |
| Defense | incomplete pass | | | | | | | | | | | | |
| Lauf-/Passrouten | Line of scrimmage | | | | | | | | | | | | |
| Positionen (Quarterback, Running-Back, Receiver, Center) | | | | | | | | | | | | | |
| Touchdown | | | | | | | | | | | | | |

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des UV |
|--|--------------------------------------|------------------|---|-----------|--------------|
| | | B | A | | |
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1) | BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik | | | EF | 12 Std. |

„Muskeln mit Musik“ - Entwicklung einer Gruppenchoreographie unter Berücksichtigung der Förderung lokaler Muskelausdauer

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.

Wählen Sie ein Element aus

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Wählen Sie ein Element aus

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Wählen Sie ein Element aus

Sachkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern.

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.

Methodenkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.

Wählen Sie ein Element aus

Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.

Wählen Sie ein Element aus

Didaktische Entscheidungen

- eine neue Vielfalt an Bewegungsausführungen ermöglichen
- die Komplexität von Bewegungen erhöhen
- die Trainierbarkeit der lokalen Muskelausdauer erfahren
- Musik als leistungsfördernde Motivation einsetzen

Methodische Entscheidungen

Die Schülerinnen und Schüler

- Die SuS planen, skizzieren, und bewerten ein Fitnessprogramm präsentiert als Gruppenchoreographie im Bereich Aerobic
- legen Bewegungsfolgen fest, mit denen sie Muskelgruppen (Arme/Beine/Rumpf) kräftigen und die physischen Auswirkungen erfahren.
- beschließen differenzierte Raumwege und legen diese strukturiert schematisch fest.

Gegenstände

- verschiedene Areobicschritte
- choreographische Bausteine
- Musik als Steuereinheit

Lernerfolgsüberprüfung(en) /

Leistungsbewertung

Überprüfungsform:

Präsentation

unterrichtsbegleitend

- Methodisches Arbeiten in der Gruppe
- Bewertungskriterien erstellen und andere Gruppen bewerten

punktuell:

Präsentation

Kriterien:

- Körperspannung,
- Bewegungsrhythmus,
- Bewegungsdynamik,
- Bewegungsweite,
- Bewegungstempo,
- Raumorientierung.

Fachbegriffe

- lokale Muskelausdauer, Belastungsintensität, Herzfrequenz,
- Aufstellungsform, Raumweg, Synchronisation, bpm
- Side-to-Side, Step-Touch, Leg-Curl, Grapevine, L-Step, V-Step

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des UV |
|--|---|------------------|---|----------|--------------|
| Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) | BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) | E | . | EF | 12 Std. |

Für jeden etwas – Positionsbezogene Aufgaben im Handball in gruppentaktischen Maßnahmen organisieren

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Wählen Sie ein Element aus

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Wählen Sie ein Element aus

Wählen Sie ein Element aus

Wählen Sie ein Element aus

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.

Wählen Sie ein Element aus

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).

Wählen Sie ein Element aus

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.

| | | | |
|--|--|---|--|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Vergleich von verschiedenen Abwehr- und Angriffsformationen</p> | <p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - gängige Angriffs – und Abwehrformationen werden in Kleingruppen erarbeitet und in Expertengruppen weitervermittelt - Vor- und Nachteile werden genannt und reflektiert | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - gängige Angriffs- und Abwehrformationen - Spielpositionen und deren Aufgabenbereiche - Spielformen vs Übungsformen - Videosequenzen aus dem Profibereich sowie aus dem Kurs - Regelwerk | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Analyseaufgabe</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - mündliche Beiträge in Gesprächsphasen - Beiträge in Gruppen- und Partnerarbeit - Anstrengungsbereitschaft <p><u>punktuell:</u></p> <p>mündliche Prüfung: Taktische Analyse einer Videosequenz im Hinblick auf gruppentaktische Maßnahmen in der Abwehr und im Angriff</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Verwendung von Fachvokabular der Angriffs- und Abwehrformationen - Begründen von Erfolg und Misserfolg in Spielsituationen - Benennen von Vor- und Nachteilen |
| <p>Fachbegriffe</p> <p>Abwehr: 6:0 Formation, 3:2:1 Formation, 5:1 Formation, 3:3 Formation</p> <p>Angriff: 5:1 Formation, 3:3 Formation, 2:4 Formation</p> <p>Positionen: Linksaußen, Rückraum links, Rückraum Mitte, Rückraum rechts, Rechtsaußen, Kreisspieler, Torwart</p> <p>Regelwerk: Tor ab, Kreis ab, Mitte, Einwurf, Freiwurf, Siebenmeter, Foul, Zeitspiel</p> | | | |

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des UV |
|--|--------------------------------------|------------------|---|-----------|--------------|
| | | F | A | | |
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1) | BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik | F | A | EF | 12 Std. |

„Rundum fit“ - Entwicklung und Erprobung eines Trainingszirkels zur Verbesserung der individuellen Fitness

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.

Wählen Sie ein Element aus

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Wählen Sie ein Element aus

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Wählen Sie ein Element aus

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Ausdauertrainings erläutern.

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können einen individuellen Trainingsplan erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch).

(f): Die Schülerinnen und Schüler können sich selbständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen.

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.

Wählen Sie ein Element aus

| | | | |
|---|--|---|---|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> •Die Trainingsform „Circuit“ erproben und für das eigene Training nutzen •Gesundheitsbegriff und Gesundheitsverständnis; Leistungsbegriff und Leistungsverständnis •Testverfahren zum Leistungscheck | <p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsauswahl und Folge festlegen • Verletzungsrisiken durch unfunktionale Übungen bzw. Übungsausführungen vermeiden • Angemessenes Aufwärmen, Cool down • selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) • Individuelle Vorbereitung auf eine Kraftausdauerleistung • Sein eigenes Training protokollieren | <p>Gegenstände</p> <p>Die SuS planen, skizzieren, und bewerten ein Fitnessprogramm präsentiert als „Circuit-Training“.</p> | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Darstellungsaufgabe</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Ermüdungswiderstandsfähigkeit • Übungs- und Trainingsverhalten(Trainingsfortschritt) <p>.</p> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Einen handballspezifischen „Circuit“ entwickeln und die Auswirkungen im Bereich der Sprung- und Wurfkraft erläutern <p>.</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Planen, Skizzieren, und Begründen eines sportart-spezifischen Fitnessprogramms als „Circuit-Training“ • Bewertung der Funktionalität der gewählten Übungen mit Bezug zur Zielsportart. <p>.</p> |
| <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Belastungsgrößen, Intensität, Umfang, Dichte, Dauer, Ermüdungswiderstandsfähigkeit, Agonist, Antagonist - Lerntagebuch, Trainingsprotokoll, BORG-Skala - Schnellkraft, Sprungkraft, Kraftausdauer, Maximalkraft - | | | <p>.</p> |

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des UV |
|---------------------------------------|---|------------------|---|----------|--------------|
| Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5) | BF/SB 5: Normungebundenenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen | C | D | EF | 9 Std. |

Ich schaffe das schon – Einschätzung verschiedener psychischer Faktoren bei der Bewältigung sportlicher Wagnissituationen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 5: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Schwebebalken, Schaukelringe) ausführen und miteinander kombinieren.

BF/SB 8: Die Schülerinnen und Schüler können in Bewegungssituationen sportartspezifische Gefahrenmomente einschätzen und ihr Bewegungsverhalten situationsangemessen und verantwortlich anpassen.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Wählen Sie ein Element aus

Wählen Sie ein Element aus

Wählen Sie ein Element aus

Sachkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.

Methodenkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.

Wählen Sie ein Element aus

Urteilskompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.

Wählen Sie ein Element aus

| | | | |
|--|---|---|--|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erarbeitung neuer bzw. bekannter Parkourtechniken unter besonderer Berücksichtigung der individuellen Wagnissituation - Die SuS haben die Möglichkeit die motorische Überprüfung durch eine mündliche Prüfung zu ersetzen wenn sie die Wagnissituation nicht eingehen wollen. | <p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entwicklung eines Parkours mithilfe der vorhandenen Turngeräte - bekannte Techniken werden vertieft und neue mithilfe von Stationsbewegungskarten wahlweise in Einzel/ Partner – oder Gruppenarbeit erarbeitet - SuS können auch auf Videofilme zurückgreifen, um die Techniken zu erlernen. | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Langbank - Stufenbarren - Kästen - Reck - Sprossenwand - Wand/Hallenwand - Videoclips <p>Diverse Parkourtechniken</p> | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Sportmotorische Testverfahren</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Beiträge in Partner und Gruppenarbeiten - Bewegungsausführung, Zuwachs an Bewegungsqualität - Anstrengungsbereitschaft <p>Beiträge in Gesprächsphasen zur Reflexion der individuell erlebten Wagnissituation.</p> <p><u>punktuell:</u></p> <p>motorisch: Run nach Kriterien oder mündlich: Darstellung</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <p>Motorisch:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsausführung - Lernzuwachs - Durchlaufen eines Parkours in Abhängigkeit der individuellen Voraussetzungen (Wagnis ja; Risiko nein!) <p>Mündliche:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Benennen der Techniken - Verwendung des Fachvokabulars. |
| <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Angst - Wagnis - Flow - Psychoregulation (Willen, Entschlusskraft, Selbstbeherrschung) - Präzisionssprung - Passement Rapide - Saut de chat (Katzensprung) - Tic Tac - Risiko- Wagnis vs. Risiko - Frustration - Vierpunktlandung - Demi-tour (halbe Drehung) - Reverse - Franchissement (Durchbruch) - peer pressure - Frustrationstoleranz - Roulade - Passe muraille (Mauer überwinden) - Dash. | | | |

| Bewegungsfeld / Sportbereich | Inhaltlicher Kern | päd. Perspektive | | Jahrgang | Dauer des UV |
|---|--|------------------|---|----------|--------------|
| Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) | BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß | A | . | EF | 15 Std. |

Viele Wege führen zum Ziel – Unterschiedliche Lernwege zur Erarbeitung des Hürdenlaufs

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf).

Wählen Sie ein Element aus

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Wählen Sie ein Element aus

Wählen Sie ein Element aus

Wählen Sie ein Element aus

Sachkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.

Methodenkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden.

Wählen Sie ein Element aus

Urteilskompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.

Wählen Sie ein Element aus

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|-------------|-------------|--------------|--------------|---------|------------------------|-----------------|------------------|--------------------|--|
| <p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Vergleich zweier Zugangsweisen zum Erlernen des Hürdenlaufs: kontrastive Gegenüberstellung der Schwerpunkte „Hürdenschulung“ und „Rhythmus-schulung“.</p> <p>Einstieg über das Sportgerät und anschließendes Erarbeiten einzelner Bewegungsphasen bis zur Ganzheits-schulung.</p> <p>BZW.</p> <p>Einstieg über rhythmisches Laufen (auch von Musik begleitet) und anschließendes Erarbeiten von Laufrhythmen auf verschiedenen Parcours.</p> | <p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Die SuS gehen arbeitsteilig vor und vermitteln im Think-Pair-Share ihre Erfahrungen. Elemente der jeweils anderen Zugangsweise können anschließend ausprobiert, reflektiert und in das eigene Lernen integriert werden.</p> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hürde (Höhe, Gewicht, Aufbau) • Hürdensitz, Hürdengymnastik • Übergehen, Überlaufen • Phasierung der Bewegung (Biomechanik) • Videoanalyse • Schrittrhythmusschulung | <p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Erörterungsaufgabe</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Beiträge in der Gruppen- und Partnerarbeit - Bewegungsausführung, Zuwachs an Bewegungsqualität - Anstrengungsbereitschaft <p><u>punktuell:</u></p> <p>Erörterungsaufgabe: Vergleich der beiden Zugangsweisen zum Hürdenlauf.</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Vor- und Nachteile benennen können - Erfahrungen/Lernzuwachs reflektieren können - individuelle Empfehlungen geben können | | | | | | | | | | |
| <p>Fachbegriffe</p> <table border="0"> <tr> <td>Schwungbein</td> <td>Biomechanik</td> </tr> <tr> <td>Nachziehbein</td> <td>Klebparcours</td> </tr> <tr> <td>Kniehub</td> <td>analytisch-synthetisch</td> </tr> <tr> <td>Schrittrhythmus</td> <td>Ganzheitsmethode</td> </tr> <tr> <td>Zwischenhürdenlauf</td> <td></td> </tr> </table> | | | | Schwungbein | Biomechanik | Nachziehbein | Klebparcours | Kniehub | analytisch-synthetisch | Schrittrhythmus | Ganzheitsmethode | Zwischenhürdenlauf | |
| Schwungbein | Biomechanik | | | | | | | | | | | | |
| Nachziehbein | Klebparcours | | | | | | | | | | | | |
| Kniehub | analytisch-synthetisch | | | | | | | | | | | | |
| Schrittrhythmus | Ganzheitsmethode | | | | | | | | | | | | |
| Zwischenhürdenlauf | | | | | | | | | | | | | |