

| | | | | | | |
|---|--|-------------------------------------|--------------|-----------|------------------------------------|--------------------------------|
| BF 5 Bewegen an Geräten - Turnen 5.1 | Inhaltsfeld (+ggf. ergänzend) | inhaltliche Schwerpunkte | Jgst. | UE | UV / Σ BF | Laufende Nr. des UV |
| - normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen - normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen | a, (c) | a1,a4,c1,c2,a5 | 5 | 4 | 1/8 | später! |

**'Immer im Gleichgewicht'
Wacklige Angelegenheiten einschätzen und meistern lernen.**

| Angebahnte Kompetenzerwartungen | | | | Jgst. 6 | | | |
|--|--|--|--|--|--|---|--|
| BWK | | SK | | MK | | UK | |
| <i>Die Schülerinnen und Schüler können</i> →vielfältiges turnerisches Bewegungen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren, Bank/Balken, Kasten/Bock demonstrieren | | <i>Die Schülerinnen und Schüler können</i> →unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben, →die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben und dabei auch digitale Medien als Hilfestellung nutzen. | | <i>Die Schülerinnen und Schüler können</i> →einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden. | | <i>Die Schülerinnen und Schüler können</i> →einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen (auch durch Hinzunahme digitaler Medien). | |

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Leistungsbewertung |
|--|---|---|
| Inhalte <ul style="list-style-type: none"> • Gerätekunde • Übungen zur Körperspannung • Gleichgewichtsübungen im Balancierparcours • Bewegungserfahrungen im Schwingen, Hangeln, Schaukeln, Stützen, Wippen, Rollen, Springen und Landen machen | <ul style="list-style-type: none"> • Lernaufgabe: Körperspannung in unterschiedlichen Situationen aufbauen und halten. • Variantenreich Balancieren – kalkuliertes Wagnis eingehen • Entwickeln und Erproben | unterrichtsbegleitend <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft, Willensstärke und Motivation zeigen • Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen • Selbständige und verantwortungsvolle Mitarbeit beim Auf- und Abbau Beobachtungskriterien <ul style="list-style-type: none"> • Individuelle Verbesserung (z.B verbesserte Körperwahrnehmung; Wagnis etc.) • Disziplin |
| Fachbegriffe <ul style="list-style-type: none"> • Gerätenamen • Körperspannung • Schwerpunkt • Gleichgewicht • Risiko und Wagnis | Bezug: Bildung in der digitalen Welt <ul style="list-style-type: none"> • MKR 1.2 (vgl. SK und UK) | punktuell <ul style="list-style-type: none"> • Erfolgreiches Durchlaufen eines Bewegungsverparcours • Kreativität bez. der Erprobung und Entwicklung von Bewegungsabfolgen (neues ausprobieren, sich neues trauen) Beobachtungskriterien <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheit in der Bewegungsausführung • Helfen und Miteinander |
| | Bezug: Verbraucherbildung <ul style="list-style-type: none"> • sportbezogene Handlungskompetenz (Bsp.: Bewegungsverparcours) | |

| | | | | | | |
|---|--|-------------------------------------|--------------|-----------|------------------------------------|--------------------------------|
| BF 5 Bewegen an Geräten - Turnen 5.2 | Inhaltsfeld (+ggf. ergänzend) | inhaltliche Schwerpunkte | Jgst. | UE | UV / Σ BF | Laufende Nr. des UV |
| - normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen - normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen | a (c, e, f) | zB a2, a3; a4, a5 | 5 | 8 | 2 / 8 | später! |

**Hände unten Füße oben -
Rollen, auf Händen stehen, Räder schlagen - Basisübungen im Bodenturnen als Grundlage einer Kür.**

| Angebahnte Kompetenzerwartungen | | | | Jgst. 6 | | | |
|--|--|---|--|--|--|---|--|
| BWK | | SK | | MK | | UK | |
| <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>→eine Bewegungsverbinding aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden oder Reck) demonstrieren</p> <p>-->grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (unterstützt durch digitale Medien zur Bewusstmachung und Fehlerkorrektur)</p> | | <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>→wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen (a2)</p> <p>→grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen (f1)</p> <p>→Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen (f2)</p> | | <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>→mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen (a3)</p> <p>→einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (a4)</p> <p>→verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen (c2)</p> <p>→selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen (e3)</p> | | <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>→einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen (auch unterstützt durch digitale Medien) (a5)</p> | |

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Leistungsbewertung |
|--|--|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gerätekunde: allgemeine Verhaltensregeln beim Aufbau von Turngeräten • Sicherung von Turngeräten • Kennenlernen geeigneter Turnkleidung (Schläppchen, barfuß, enganliegende Kleidung, ...) • Helfen und Sichern: Einführung von Sicherheits- und Hilfestellungen: Helfergriffe ausführen und üben, z.B. Klammergriff (Oberschenkel, Klammergriff am Oberarm: Stützen, ...) • Ausführungskriterien bei Roll- und Stützbewegungen • Bewegungsmerkmale von Rolle, Rad und Handstand • (Vorformen des) Handstands • Schaffen von Grundvoraussetzungen zur Ausführung des Rades und des Handstands | <ul style="list-style-type: none"> • Organisationsformen (Partnerturnen, Gruppenturnen, Riegenturnen) • Entwickeln - Erproben • Vormachen - Nachmachen • Vom Einfachen zum Schweren • Wandplakat mit Bewegungskriterien und Beschreibung der Hilfe- und Sicherheitsstellungen • Kennenlernen von Gerätekombinationen • Entwerfen einer Kür in 3er-Gruppen Peer-Korrektur • Individuelles Üben an Stationen | <p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Hilfsbereitschaft • Mitarbeit beim Auf- und Abbau • Individuelle Fortschritte beim Erlernen von Zielbewegungen • Anwendung der Helfergriffe <p>Beobachtungskriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität und –ausführung • Qualität des kriteriengeleiteten Feedbacks • einfache turnerische Vorführungen nach vorgegebenen Kriterien (z.B. Schwierigkeitsgrad, Bewegungsausführung, etc. bewerten). |
| <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rolle vorwärts, Rolle rückwärts, Abrollen, Rad, Handstand (ggf.mit Abrollen) • Stützen • Klammergriff/ weitere Begrifflichkeiten • Gerätenamen • Körperspannung • Körperschwerpunkt • Entwickeln und Erproben (Schüler-Lehrerinfo) | <p>Bezug: Bildung in der digitalen Welt</p> <ul style="list-style-type: none"> • zB MKR 1.2 und 5.3 | <p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> • Helferprüfung • Übungen beim Wintersportfest <p>Beobachtungskriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität • siehe Punktetabelle Wintersportfest • |
| | <p>Bezug: Verbraucherbildung</p> | |

| | | | | | | |
|---|--|-------------------------------------|--------------|-----------|------------------------------------|--------------------------------|
| BF 5 Bewegen an Geräten - Turnen 5.3 | Inhaltsfeld (+ggf. ergänzend) | inhaltliche Schwerpunkte | Jgst. | UE | UV / Σ BF | Laufende Nr. des UV |
| - normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen - normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen | a, c | a2, a3; a4, a5, c2, f1 | 5 | 8 | 3 / 8 | später! |

**'Mit Sicherheit'-
Felgbewegungen an Reck oder Barren sachgerecht und situationsbezogen mit Sicherheits- und Hilfestellung turnen.**

| Angebaute Kompetenzerwartungen | | Jgst. 6 | |
|--|---|---|--|
| BWK | SK | MK | UK |
| <p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <p>→eine Bewegungsverbinding aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden oder Reck) demonstrieren</p> <p>→grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (unterstützt durch digitale Medien zur Bewusstmachung und Fehlerkorrektur)</p> | <p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <p>→wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen (a2)</p> <p>→grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen (f1)</p> | <p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <p>→mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen (a3)</p> <p>→einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (a4)</p> <p>→verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen (c2)</p> <p>→selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen (e3)</p> | <p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <p>→einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen (auch unterstützt durch digitale Medien) (a5)</p> |

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Leistungsbewertung |
|---|--|---|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Am Boden und in der Grobform spielerisch und leistungsbezogen rollen, stützen, springen und schwingen. • Erlernen turnerischer Grundfertigkeiten am Reck: Stütz, Sprung in den Stütz, Aufschwung, Umschwung, Unterschwing, Mühlumschwung • Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten flüssig verbinden | <ul style="list-style-type: none"> • gegenseitig verantwortlich Hilfe-/Sicherheitsstellung leisten • Peer-Korrektur • Bewegungskombinationen (z. B. am Reck) erarbeiten und präsentieren • Fachsprache anwenden • Turngeräte selbstständig auf- und abbauen | <p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Hilfsbereitschaft • Mitarbeit beim Auf- und Abbau • Individuelle Fortschritte beim Erlernen von Zielbewegungen • Anwendung der Helfergriffe <p>Beobachtungskriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität und –ausführung • Qualität des kriteriengeleiteten Feedback • einfache turnerische Vorführungen nach vorgegebenen Kriterien (z.B. Schwierigkeitsgrad, Bewegungsausführung, etc. bewerten). |
| <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufschwung, Umschwung, Abzug vw. , Mühlumschwung • Körperspannung <p>Gerätenamen inklusive der entsprechenden Turmmatten</p> | <p>Bezug: Bildung in der digitalen Welt</p> <ul style="list-style-type: none"> • zB MKR 1.2 und 5.3 <p>Bezug: Verbraucherbildung</p> | <p>punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungen beim Wintersportfest <p>Beobachtungskriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> • siehe Punktetabelle Wintersportfest |

| | | | | | | |
|---|--|-------------------------------------|--------------|-----------|------------------------------------|--------------------------------|
| BF 5 Bewegen an Geräten - Turnen 5.4 | Inhaltsfeld (+ggf. ergänzend) | inhaltliche Schwerpunkte | Jgst. | UE | UV / Σ BF | Laufende Nr. des UV |
| - normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen - normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen | a, b, (e) | a 3-5, b1, e3 | 6 | 10 | 4 / 8 | später! |

**'Vom nebeneinander zum miteinander Turnen'-
Entwicklung einer Partnerkür an Geräten**

| Angebahnte Kompetenzerwartungen | | | | Jgst. 6 |
|---|--|---|--|----------------|
| BWK | SK | MK | UK | |
| <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>→ eine Bewegungsverbinding aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren (mit Unterstützung digitaler Medien)</p> <p>→ grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.</p> | <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>→ Grundformen gestalterischen Bewegens benennen (b1)?????</p> | <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>→ mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen (a3)</p> <p>→ einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (a4)</p> <p>→ selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen (e3)</p> | <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>→ einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen (mit Unterstützung digitaler Medien) (a5)</p> | |

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Leistungsbewertung |
|---|--|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> Entwicklung und Präsentation einer synchronen Übungsfolge an einem Gerät oder einer Geräteverbinding in einer 2er - / 4er Gruppe Kennenlernen alternativer Nutzungsformen von Geräten oder Gerätekombinationen <p>Bewegungsfluss und Rhythmus-schulung entdecken</p> | <ul style="list-style-type: none"> Förderung sozialer Kompetenz und Kooperationsfähigkeit Absprachen mit dem Partner treffen Erproben und Üben von Bewegungs- und Geräteverbindingen mit einem Partner bzw. einer Gruppe Bewegungsabfolgen sicher und flüssig turnen <p>Gestaltungsfornen und -kriterien anwenden lernen</p> | <p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> Anstrengungsbereitschaft Hilfsbereitschaft Mitarbeit beim Auf- und Abbau Individuelle Fortschritte beim Erlernen von Zielbewegungen Kooperationsfähigkeit <p>Beobachtungskriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> |
| <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> Hilfen zur Synchronisierung: <ul style="list-style-type: none"> - akustisch (z.B. Zählen, Kommando, etc.) - taktil (z.B., Anfassen, Abklatschen, Handdrücken, etc.) - optisch (z.B. Zeichen geben, etc.) Synchronisierung: Rhythmisierung als Hilfe zur Synchronisierung Anwendung der Helfer- und Sicherheitsgriffe Bewegungsfertigkeiten an Gerätekombinationen flüssig verbinden <p>Turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z.B. Schwierigkeitsgrad, Ausführungsqualität) beurteilen können.</p> | <p>Bezug: Bildung in der digitalen Welt</p> <ul style="list-style-type: none"> zB MKR 1.2 | <p>punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> Präsentation einer Kür in 2er - / 4er Gruppen <p>Beobachtungskriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> Schwierigkeitsgrad & Kreativität Bewegungsfluss Synchronität |
| | <p>Bezug: Verbraucherbildung</p> | |

| BF 5 Bewegen an Geräten - Turnen 5.5 | Inhaltsfeld (+ggf. ergänzend) | inhaltliche Schwerpunkte | Jgst. | UE | UV / Σ BF | Laufende Nr. des UV |
|---|--|-------------------------------------|--------------|-----------|------------------------------------|--------------------------------|
| -normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen – normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen – Akrobatik | a,b | a 2, a 3, b 1, b 2 | 7 | 10 | 5 / 8 | später! |

'Zirkus, Zirkus'
Nur gemeinsam sind wir stark. -Von der Partner- und Gruppenakrobatik zur eigenen Kleingruppenchoreographie

| Angebahnte Kompetenzerwartungen | | | | Jgst. 10 | | | |
|---|--|--|--|---|--|---|--|
| BWK | | SK | | MK | | UK | |
| <i>Die Schülerinnen und Schüler können</i> →eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren, →turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen | | <i>Die Schülerinnen und Schüler können</i> →für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern (a2) | | <i>Die Schülerinnen und Schüler können</i> →analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen →unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden (a3) | | <i>Die Schülerinnen und Schüler können</i> → den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten.(a3) →die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen (b1) → gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen (b2) | |

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Leistungsbewertung |
|---|---|---|
| Inhalte <ul style="list-style-type: none"> • Schwerpunkt ist das Einüben und Präsentieren von Partner- bzw. Gruppenpyramiden • Bewegungserlebnis und Körpererfahrungen erweitern • Körperspannung erfahren • Aufstiegstechniken am Partner erlernen • Abstiege • Figuren bauen: Stütz- , Haltekraft und Gleichgewicht entwickeln und verbessern • Sicherheitsgriffe | <ul style="list-style-type: none"> • Partner- und Gruppenarbeit: Im Umgang mit dem Partner oder Partnern kooperieren, etwas wagen und Vertrauen entwickeln • Gestaltungskriterien bei der Erarbeitung der Kür beachten • Sicherheitsrelevante Aspekte verinnerlichen | unterrichtsbegleitend <ul style="list-style-type: none"> • Eigenständiges Üben (ggf. mit Lerntagebuch) • Eigeneinschätzung bei der Auswahl der Übungen • Gegenseitiges Helfen und Unterstützen, Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit Beobachtungskriterien <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Ausführung in der Gruppe • Bewertung und Qualität der Bewertung bei kriteriengeleitetem Feedback |
| Fachbegriffe <ul style="list-style-type: none"> • "Tabuzonen" des Körpers bei der Akrobatik • Griffarten: <ul style="list-style-type: none"> - Hand in Hand - Handgelenksgriff - Ellbogengriff - Stützgriff | Bezug: Bildung in der digitalen Welt <ul style="list-style-type: none"> • MKR 1.2 Bezug: Verbraucherbildung | punktuell <ul style="list-style-type: none"> • Partnerbalance-Übungen und Gruppenpyramiden vorführen Beobachtungskriterien <ul style="list-style-type: none"> • Kreativität der Choreographie • Schwierigkeitsgrad der Pyramide • Übungsverbindungen & Bewegungsfluss • Absprachen |

| | | | | | | |
|---|--|-------------------------------------|--------------|-----------|------------------------------------|--------------------------------|
| BF 5 Bewegen an Geräten - Turnen 5.6 | Inhaltsfeld (+ggf. ergänzend) | inhaltliche Schwerpunkte | Jgst. | UE | UV / Σ BF | Laufende Nr. des UV |
| – normungebundenen Turnen an Geräten und Gerätekombinationen – normgebundenen Turnen an Geräten und Gerätebahnen | a, c | a 1, a2, a3, c 3 | 8 | 10 | 7 / 8 | später! |

**'Die Leichtigkeit des Seins'-
Schwingen an und Springen über Turngeräte (z.B. Barren und Ringe)**

| Angebahnte Kompetenzerwartungen | | | | Jgst. 10 | | | |
|---|--|---|--|--|--|--|--|
| BWK | | SK | | MK | | UK | |
| <p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <p>→turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren,</p> <p>→turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht anwenden</p> | | <p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <p>→für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern (auch mit Hilfe digitaler Medien) (a2)</p> <p>→die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern (c3)</p> | | <p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <p>→grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden (a1)</p> <p>→analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen (a2)</p> <p>→unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden (a3)</p> | | <p><i>Die Schülerinnen und Schüler können</i></p> <p>→Bewegungsabläufe (auch mit Hilfe digitaler Medien) kriteriengeleitet beurteilen (a1)</p> | |

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Leistungsbewertung |
|---|---|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsmerkmale des Schwingens an den Ringen (Rhythmisierung mithilfe akustischer Signale) • Unterscheidung des Schwingens an den Ringen und am Barren • Schwungverstärkung • Bewegungsmerkmale der Kehre am Parallelbarren • Phasierung der Sprungbewegung über einen Querkasten • Sachgerechter Auf- & Abbau der Turngeräte • Helfen und Sichern • Stützen und Schwingen am Parallelbarren • Kehre oder Wende vom Barren • Schwingen an den Ringen Halbe Drehung an den Ringen • Grätschen, Flanken, Hocken über Sprunggeräte | <ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Üben: -Sprungvariationen • Unterschiede und Gemeinsamkeiten des Schwingens an den Ringen und am Parallelbarren • Bewegungsabfolgen sicher und flüssig turnen | <p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durchhaltevermögen & Anstrengungsbereitschaft zeigen • Sichere, energische und sachgemäße Anwendung der Hilfe- oder Sicherheitsstellung • Einbringen bei Auf- und Abbau sowie in der Zusammenarbeit in der Gruppe • Umsetzung der Bewegungskorrektur <p>Beobachtungskriterien</p> <p>Sichtbare Umsetzung verbaler Korrekturen in motorisches Handeln</p> |
| <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körperspannung, Stützkraft • Fachbezeichnung der Turngeräte inklusive verschiedener Matten, • Bewegungsphasen beim Sprung: Anlauf, Absprung, Flugphase, Landung • Kehre • Klammergriff | <p>Bezug: Bildung in der digitalen Welt</p> | <p>punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation vom Schwingen und einer halben Drehung an den Ringen • Kehre oder Wende am Parallelbarren • Wahlweise: Grätsche oder Hocke über den Querkasten / Pferd <p>Beobachtungskriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität • Korrekte Anwendung von Sicherheits- und Helfergriffen |

| | | | | | | |
|--|--|-------------------------------------|--------------|-----------|------------------------------------|--------------------------------|
| | | | | | | |
| BF 5 Bewegen an Geräten - Turnen 5.7 | Inhaltsfeld (+ggf. ergänzend) | inhaltliche Schwerpunkte | Jgst. | UE | UV / Σ BF | Laufende Nr. des UV |
| -normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen | a, c | a 1, a 2, b1, c 1, c 2, c3 | 9 | 10 | 8 / 8 | später! |

'Le Parkour oder die Kunst der Fortbewegung' - Selbständige und kriteriengeleitete Entwicklung eines Runs durch einen Parkour unter der Perspektive: Was kann ist leisten? - Was kann ich verantworten?

| Angebahnte Kompetenzerwartungen | | | | Jgst. 10 |
|---|--|---|---|----------|
| BWK | SK | MK | UK | |
| <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>→sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch aufwärmen</p> <p>→ turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren</p> | <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>→für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern (a2)</p> | <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>→analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen (a2)</p> <p>→Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern (c2)</p> | <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>→Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen (a1)</p> <p>→die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen (auch mit Hilfe digitaler Medien) (b1)</p> <p>→komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden (c1)</p> | |

| Didaktische Entscheidungen | Methodische Entscheidungen | Leistungsbewertung |
|---|---|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • biomechanische Prinzipien bei Sprüngen erfahren und verstehen, Sicherheit bei der Landung • Helfen und Sichern • Selbständiges Arbeiten, sich individuell verbessern • Sich selber und die individuellen Grenzen erkenne und kontrolliert erweitern (Wagnis versus Überschätzung) • Aspekte der Verletzungsprophylaxe <p>Gegenstände:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Balancieren • Einfache Sprünge, Präzisions sprünge, Drehstütz sprünge • Durchzug • Roulade • Wandlauf • Saut de bras (Armsprung ggf. mit Körperdrehung) | <ul style="list-style-type: none"> • Schüler lehren Schüler: Gruppenpuzzle; Schüler stellen verschiedene Sprünge vor und leiten andere an • Erarbeitung unterschiedlicher Schwierigkeitsgrade beim Aufbau der Parkour-Stationen | <p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> • Selbständige und verantwortungsvolle Mitarbeit beim Auf- und Abbau • funktionsgerechtes Aufwärmen unter besonderer Berücksichtigung der Dehnung • Selbständigkeit sowohl im Üben als auch im Entwickeln von Le Parkour Stationen <p>Beobachtungskriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsqualität und –ausführung • Individuelle Verbesserung (z.B. verbesserter Bewegungsablauf und –fluss; Wagnis) |
| <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Energieabbau (Rolle nach der Landung von tiefen Sprüngen) • Sprungbezeichnung von Le Parkour (siehe Gegenstände) | <p>Bezug: Bildung in der digitalen Welt</p> <ul style="list-style-type: none"> • MKR 5.1 und 5.3 <p>Bezug: Verbraucherbildung</p> | <p>punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durchlaufen eines vorgegebenen Parkours <p>Beobachtungskriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsfluss • Schwierigkeitsgrad der Sprünge und des Laufs |

- | | | |
|--|---|--|
| | | |
| | <ul style="list-style-type: none">• kritische Reflexion des eigenen Handelns und des Handelns anderer (Was kann ich leisten? Was kann ich verantworten? Wann ist etwas noch gesund? Wann ungesund?)• Gesundheitsförderung als Beitrag zu einer gesunden Lebensführung (Le Parkour im Alltag, an der frischen Luft) | |