

BF 8 sport	Gleiten, Fahren, Rollen – Bootssport, Rollsport, Wintersport	Päd. Perspektive(n)	inhaltliche Schwerpunkte	Jgst.	UE	UV / Σ BF	Laufende Nr. des UV
8.1		A,C,E	a1,e1,e4,f1,c	5	4	1 / 3	

Formula 1 mit dem Waveboard!
Erweiterung der Bewegungssicherheit mit dem Waveboard

Angebahnte Kompetenzerwartungen	Jgst. 6	Bewegungsfeld 8
BWK	MK	UK
- sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät fortbewegen, Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen (BWK 8.1.) - Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen. (BWK 8.2)	grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten (MK 8.1.)	Gefahrenmomente beim Gleiten, Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen (UK 8.1)

Didaktische Entscheidungen		Leistungsbewertung
Inhalte • Fahren mit dem Waveboard (Antrieb Beine/Arme) • Erleben physikalischer Gesetzmäßigkeiten: Beschleunigung, Bremsen, Kurvenfahrt • Erleben der eingeschränkten Handlungsfähigkeit mit physikalischen Gesetzmäßigkeiten • Verbesserung der zielgerichteten Fortbewegung mit dem Rollbrett • Schaffung herausfordernder Situationen zum reflektierten Umgang mit der eigenen Leistungsfähigkeit und Angst beim Rollbrettfahren • Organisation eines Wettrennen mit Rennregeln	Methodische Entscheidungen	Unterrichtsbegleitend • Aufstellung von Rennregeln • Einhaltung der vereinbarten Sicherheits- und Verhaltensregeln • Kooperationsfähigkeit Beobachtungskriterien • Disziplin • Motivation • Individuelle Verbesserung •
Fachbegriffe • Physikalische Gesetzmäßigkeit • Physik • Fliehkraft • Bremskraft • Antriebskraft • Reibung • Gleichgewicht	Bezug: Bildung in der digitalen Welt	Punktuell • Antriebstechnik • Bremstechnik • Kurventechnik Beobachtungskriterien • Individuelle Zeit • Individuelle Technik des Rollbrettfahrens • Orientierungsfähigkeit und Lösungsfähigkeit der Rennstrecke
	• Aufzeichnung eines Rennverlaufes • Digitale Zeitmessung	
	Bezug: Verbraucherbildung	
	• Was macht ein gutes Waveboard aus?	

BF 8	Gleiten, Fahren, Rollen – Bootssport, Rollsport, Wintersport	Päd. Perspektive(n)	inhaltliche Schwerpunkte	Jgst.	UE	UV / Σ BF	Laufende Nr. des UV
8.2		A,C,E	a3,c1,e4,f1	6	6	2 / 3	

Formula 1 mit dem Wave-Board!

Erweiterung der Bewegungssicherheit mit dem Wave-Board

Angebahnte Kompetenzerwartungen	Jgst. 6	Bewegungsfeld 8
BWK	MK	UK
- sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät fortbewegen, Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen (BWK 8.1.) - Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen. (BWK 8.2)	grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten (MK 8.1.)	Gefahrenmomente beim Gleiten, Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen (UK 8.1)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Leistungsbewertung
Inhalte - Fahren mit dem Wave-Board (Antrieb, Bremsen) - Erleben physikalischer Gesetzmäßigkeiten: Beschleunigung, Bremsen, Kurvenfahrt - Erleben der eingeschränkten Handlungsfähigkeit mit physikalischen Gesetzmäßigkeiten - Verbesserung der zielgerichteten Fortbewegung mit dem Wave-Board - Schaffung herausfordernder Situationen zum reflektierten Umgang mit der eigenen Leistungsfähigkeit und Angst beim Wave-Boardfahren - Organisation eines Wettrennen mit Rennregeln	- Prä-Post-Vergleich von Rennzeiten auf einem Rundkurs - Spielerische Situationen und Übungsformen zur Verbesserung der individuellen Fahrtechnik mit dem Wave-Board - Partner-/Gruppenarbeit - Stationenlernen - Feedbackbogen	Unterrichtsbegleitend - Aufstellung von Rennregeln - Einhaltung der vereinbarten Sicherheits- und Verhaltensregeln - Kooperationsfähigkeit Beobachtungskriterien - Disziplin - Motivation - Individuelle Verbesserung
Fachbegriffe - Wave-Board - Gleichgewicht - Steuerung durch Gewichtsverlagerung - Fliehkraft - Bremskraft, Reibungswiderstand	Bezug: Bildung in der digitalen Welt	Punktuell - Antriebstechnik - Bremstechnik - Kurventechnik Beobachtungskriterien - Individuelle Zeit - Individuelle Technik des Wave-Boardfahrens - Orientierungsfähigkeit und Lösungsfähigkeit der Rennstrecke
	- Aufzeichnung eines Rennverlaufes - Digitale Zeitmessung	
	Bezug: Verbraucherbildung	
	Was macht ein gutes Waveboard aus?	

BF 8 <i>Gleiten, Fahren, Rollen – Bootssport, Rollsport, Wintersport</i>	Päd. Perspektive(n)	inhaltliche Schwerpunkte	Jgst.	UE	UV / Σ BF	Laufende Nr. des UV
8.3	A,C,D,F	a3,c2,c3,e3,e4,f1	7	8	3 / 3	

**Fahrradparkour -
Erweiterung der Bewegungssicherheit mit dem Fahrrad**

Angebahnte Kompetenzerwartungen	Jgst. 7/8	Bewegungsfeld 8
BWK	MK	UK
• sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Wahrnehmung der Auswirkungen und Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale erläutern, • technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheits- und geländeangepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben und Möglichkeiten der Bewegungshilfe und Bewegungssicherung erläutern.	• beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen, Ruderkommandos, Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden	• die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen, • Sinnzusammenhänge beim Gleiten oder Fahren oder Rollen in (z. B. als Freizeit- und Naturerlebnis, als Gruppenerlebnis, als Bewegungsgestaltung sowie unter Leistungs- bzw. Wagnisaspekten) unterscheiden und beurteilen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Leistungsbewertung
Inhalte • Fahren mit dem Fahrrad • Erleben physikalischer Gesetzmäßigkeiten: Beschleunigung, Bremsen, Kurvenfahrt • Erleben der eingeschränkten Handlungsfähigkeit mit physikalischen Gesetzmäßigkeiten • Verbesserung der zielgerichteten Fortbewegung mit dem Fahrrad • Schaffung herausfordernder Situationen zum reflektierten Umgang mit der eigenen Leistungsfähigkeit und Angst beim Fahrradfahren • Organisation einer Fahrradtour (optional) • Sicherheitsaspekte beim Fahrradfahren	• Planung und Durchführung einer Fahrradtour (optional als Klassen-ausflug) • Spielerische Situationen und Übungsformen zur Verbesserung der individuellen Fahrtechnik mit dem Fahrrad • Partner-/Gruppenarbeit • Stationenlernen • Feedbackbogen	Unterrichtsbegleitend • Aufstellung von Gruppenregeln • Einhaltung der vereinbarten Sicherheits- und Verhaltensregeln • Kooperationsfähigkeit Beobachtungskriterien • Disziplin • Motivation • Individuelle Verbesserung •
Fachbegriffe • Windschatten • Wiegetritt • Steuerung durch Gewichtsverlagerung • Fliehkraft • Bremskraft, Reibungswiderstand • Benennung von Fahrradteilen (Tretlager, Gangschaltung)	Bezug: Bildung in der digitalen Welt	Punktuell • Antriebstechnik • Bremstechnik • Kurventechnik • Wiegetritt und Windschattenfahren Beobachtungskriterien • Individuelle Technik des Fahrradfahrens • Orientierungsfähigkeit und Lösungsfähigkeit der Rennstrecke
	• Dokumentation einer Fahrradtour • Aufnahmen mit Perspektivwechsel • Digitale Zeitmessung	
	Bezug: Verbraucherbildung	
	• Was macht ein gutes Fahrrad aus? • Wichtige Bestandteile eines Fahrrades nach StVO	

BF 8	Gleiten, Fahren, Rollen – Bootssport, Rollsport, Wintersport	Päd. Perspektive(n)	inhaltliche Schwerpunkte	Jgst.	UE	UV / Σ BF	Laufende Nr. des UV
8.4		A,C,D,F	a3,c2,c3,e3,e4,f1	9/10	8	3 / 3	

Fahrradparkour - Erleben einer Downhillstrecke

Angebahnte Kompetenzerwartungen	Jgst. 9/10	Bewegungsfeld 8
BWK	MK	UK
- sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Wahrnehmung der Auswirkungen und Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale erläutern, - technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheits- und geländeangepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben und Möglichkeiten der Bewegungshilfe und Bewegungssicherung erläutern.	beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen, Ruderkommandos, Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden	- die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen, - Sinnzusammenhänge beim Gleiten oder Fahren oder Rollen in (z. B. als Freizeit- und Naturerlebnis, als Gruppenerlebnis, als Bewegungsgestaltung sowie unter Leistungs- bzw. Wagnisaspekten) unterscheiden und beurteilen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Leistungsbewertung
Inhalte • Erleben einer Downhillstrecke am Venusberg • Erleben physikalischer Gesetzmäßigkeiten: Beschleunigung, Bremsen, Kurvenfahrt • Erleben der eingeschränkten Handlungsfähigkeit mit physikalischen Gesetzmäßigkeiten, insbesondere bei Hindernissen • Verbesserung der zielgerichteten Fortbewegung mit dem Fahrrad • Schaffung herausfordernder Situationen zum reflektierten Umgang mit der eigenen Leistungsfähigkeit und Angst beim Fahrradfahren • Organisation einer Fahrradtour/Downhillstrecke (optional) • Sicherheitsaspekte beim Fahrradfahren auch im Downhillbereich	• Planung und Durchführung einer Downhillstrecke (Facharbeit) • Spielerische Situationen und Übungsformen zur Verbesserung der individuellen Fahrtechnik mit dem Fahrrad auch im Downhillbereich • Partner-/Gruppenarbeit • Stationenlernen • Feedbackbogen	Unterrichtsbegleitend • Aufstellung von Gruppenregeln • Einhaltung der vereinbarten Sicherheits- und Verhaltensregeln • Kooperationsfähigkeit Beobachtungskriterien • Disziplin • Motivation • Individuelle Verbesserung •
Fachbegriffe • Windschatten • Wiegetritt • Steuerung durch Gewichtsverlagerung • Fliehkraft • Bremskraft, Reibungswiderstand • Benennung von Fahrradteilen (Tretlager, Gangschaltung) • Anfahren von Hindernissen • Planung von Hindernissen	Bezug: Bildung in der digitalen Welt	Punktuell • Antriebstechnik • Bremstechnik • Kurventechnik • Wiegetritt und Windschattenfahren • Körperschwerpunkt im Downhillbereich Beobachtungskriterien • Individuelle Technik des Fahrradfahrens • Orientierungsfähigkeit und Lösungsfähigkeit der Rennstrecke/Downhillstrecke/Hindernissen
	• Dokumentation einer Fahrradtour • Aufnahmen mit Perspektivwechsel • Digitale Zeitmessung	
	Bezug: Verbraucherbildung	
	• Was macht ein gutes Fahrrad aus? • Wichtige Bestandteile eines Fahrrades nach StVO • Voraussetzungen für Downhillstrecken	

