



Bewegungsfeld „Spielen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	Die Schülerinnen und Schüler... - spielen ein selbst entwickeltes kleines Spiel - wenden elementare Spielregeln an - spielen fair - spielen mannschaftsdienlich - setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein	Die Schülerinnen und Schüler... - erkennen Strukturelemente und Regeln eines Kleinen Spiels - gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um - übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft - reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels	Kleine Spiele Entwicklung eines eigenen kleinen Spiels Floorball	

Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	Die Schülerinnen und Schüler... - laufen eine kurze Strecke in maximalem Tempo - springen nach einem Anlauf aus einer Absprunzzone weit und/oder hoch - erproben unterschiedliche Sprungformen	Die Schülerinnen und Schüler... - erklären die Bedeutung des Anlaufs bei unterschiedlichen Hoch- und Weitsprungtechniken - beschreiben, vergleichen und reflektieren unterschiedliche Hoch- und Weitsprungtechniken	50m Sprint Weit- und/oder Hochsprung	Sportfest: Fitti

Bewegungsfeld „Schwimmen, Tauchen Wasserspringen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</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 - orientieren sich unter Wasser und bewegen sich zielgerichtet fort - transportieren allein und gemeinsam Gegenstände schwimmend durch das Wasser - wenden grundlegende Fertigkeiten zur Selbstrettung an 	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <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 - erkennen Gefahrensituationen und verhalten sich entsprechend 	<p>Schwimmtechniken: Brustschwimmen, Kraulschwimmen</p> <p>Springen (Startsprung; Präsentation von zwei Sprüngen)</p> <p>Tauchen</p> <p>Helfen und Retten (Transport von Gegenständen; Selbstrettung)</p>	<p>Schwimmabzeichen</p>



Bewegungsfeld „Spielen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> - wenden elementare Spielregeln an - wenden grundlegende Techniken von Sportspielen in spielgemäßen Situationen an - wenden einfache taktische Maßnahmen an - spielen mannschaftsdienlich und fair und setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein - spielen unter Berücksichtigung von Schiedsrichterentscheidungen 	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> - erkennen einfache taktische und technische Anforderungen eines Sportspiels - gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um - übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft - erkennen den Nutzen von Schiedsrichterentscheidungen 	<p>Handballspiele</p> <p>Brennball</p>	<p>Brennballturnier</p>

Bewegungsfeld „Turnen und Bewegungskünste“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> - verbinden und präsentieren flüssig mindestens 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 und Gerätesicherungen sachgerecht auf - wenden Hilfe- und Sicherheitsstellungen nach Vorgabe und/oder selbstständig sachgerecht an 	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> - erkennen unterschiedliche Schwierigkeitsgrade von turnerischen Bewegungen - setzen sich mit der eigenen Leistungsfähigkeit und der der Partnerin/des Partners hinsichtlich turnerischer Bewegungen auseinander. - erkennen und beschreiben die Notwendigkeit von sachgerechten Geräteaufbauten und Gerätesicherungen sowie von Hilfe- und Sicherheitsstellungen - nehmen Unterstützung an, bauen Vertrauen auf und übernehmen Verantwortung für sich und die Partnerin/den Partner 	<p>Einzel-Kür aus drei unterschiedlichen turnerischen Elementen</p> <p>Partnerakrobatik</p>	

Bewegungsfeld „Gymnastisches und tänzerisches Bewegen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	Die Schülerinnen und Schüler... - führen Bewegungen rhythmisch aus - setzen Rhythmus in Bewegung um - führen Grundbewegungsformen mit einem (alternativen) Gerät/Material aus	Die Schülerinnen und Schüler... - erkennen unterschiedliche Rhythmen - kennen Grundbewegungsformen bezogen auf Gerät/Material und setzen sie spezifisch ein	Ropeskipping	

Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	Die Schülerinnen und Schüler... - laufen ausdauernd unter Berücksichtigung der individuellen Zeit- und Streckeneinteilung - werfen einen Schlagball und/oder andere Wurfgeräte aus der Wurfauslage möglichst weit	Die Schülerinnen und Schüler... - schätzen ihr persönliches Belastungsempfinden ein - beschreiben und erkennen die Unterschiede verschiedener Bewegungslösungen bei sich und bei anderen	Ausdauerlauf (Dauerlauf) Schlagballweitwurf (80g)	

Bewegungsfeld „Kämpfen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	Die Schülerinnen und Schüler... - kämpfen fair und partnerschaftlich mit und gegeneinander - vereinbaren grundlegende Regeln und Rituale und halten sie ein - setzen ihre eigenen Kräfte dosiert und zielgerichtet ein - kämpfen um Räume, Gegenstände und un-	Die Schülerinnen und Schüler... - übernehmen Verantwortung für sich und andere - kennen und beachten die Werte für ein gelingendes Mit- und Gegeneinander - beachten Sicherheitsmaßnahmen beim Kämpfen mit einer Partnerin/einem Partner - gehen verantwortungsvoll mit den eigenen	Kräfte messen: schieben, ziehen, widerstehen, ausweichen	

	terschiedliche Körperpositionen	Stärken und Schwächen und denen der Partnerin/des Partners um - reflektieren ihre Erfahrungen mit körperlicher Nähe (Selbst- und Fremdwahrnehmung) - nehmen Rücksicht auf unterschiedliche körperliche Voraussetzungen.		
--	---------------------------------	---	--	--



Bewegungsfeld „Spielen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	Die Schülerinnen und Schüler... - spielen unterschiedliche Sportspiele - wählen Spielregeln situationsangemessen aus und wenden diese an - wenden sportspielspezifische Techniken an - wenden sportspielspezifische Taktiken an - spielen mannschaftsdienlich und fair und setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein	Die Schülerinnen und Schüler... - verstehen Strukturelemente und Regeln eines Sportspieles - verstehen Spielprozesse - gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um - übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft	Basketball Tischtennis	Basketballturnier

Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	Die Schülerinnen und Schüler... - laufen eine kurze Strecke in maximalem Tempo - erproben unterschiedliche Starttechniken - legen ihren individuellen Anlauf beim Hoch- und Weitsprung fest - springen in einer Wettkampftechnik weit und hoch	Die Schülerinnen und Schüler... - vergleichen und reflektieren unterschiedliche Starttechniken - erklären die Bedeutung des Anlaufs bei unterschiedlichen Hoch- und Weitsprungstechniken - beschreiben, vergleichen und reflektieren unterschiedliche Hoch- und Weitsprungstechniken	75m Sprint Hoch- und Tiefstart Weitsprung (Schrittsprung) Hochsprung (Scherensprung; Einführung Flop)	

Bewegungsfeld „Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	Die Schülerinnen und Schüler... - bewegen sich kontrolliert mit einem rollenden Gerät fort - ändern gezielt die Richtung, beschleunigen und bremsen - halten grundlegende Sicherheitsregeln ein - gehen verantwortungsvoll mit Material- und Umweltressourcen um	Die Schülerinnen und Schüler... - stellen grundlegende Bewegungsanforderungen beim rollen fest - erkennen die Notwendigkeit vereinbarter Sicherheitsregeln	Skateboarding	



Bewegungsfeld „Spielen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	Die Schülerinnen und Schüler... - spielen unterschiedliche Sportspiele - wählen Spielregeln situationsangemessen aus und wenden diese an - wenden sportspielspezifische Techniken an - wenden sportspielspezifische Taktiken an - spielen mannschaftsdienlich und fair und setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein - führen Schiedsrichtertätigkeiten unter Berücksichtigung ausgewählter Spielregeln aus	Die Schülerinnen und Schüler... - verstehen Strukturelemente und Regeln eines Sportspieles - verstehen Spielprozesse - gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um - übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft - reflektieren Merkmale eines fairen Spiels - beurteilen die Rolle des Schiedsrichters	Volleyball Fußball	Volleyballturnier

Bewegungsfeld „Turnen und Bewegungskünste“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	Die Schülerinnen und Schüler... - präsentieren einzeln oder in der Gruppe eine selbst entwickelte Kür an einer vorgegebenen Geräteauswahl bzw. ein auf Körperspannung und Balance beruhendes Kunststück - bauen Geräte und Gerätesicherungen sachgerecht auf - wenden Hilfe- und Sicherheitsstellungen nach Vorgabe und/oder selbstständig sachgerecht an	Die Schülerinnen und Schüler... - beurteilen Präsentationen kriteriengeleitet - wenden Kenntnisse zur Gestaltung und Beurteilung einer Kür an - erkennen und beschreiben die Notwendigkeit von sachgerechten Geräteaufbauten und Gerätesicherungen sowie von Hilfe- und Sicherheitsstellungen - nehmen Unterstützung an, bauen Vertrauen auf und übernehmen Verantwortung für sich und die Partnerin/den Partner	Parkour	

Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> - laufen ausdauernd unter Berücksichtigung der individuellen Zeit- und Streckeneinteilung - werfen einen Wurfball in Schlagwurftechnik möglichst weit - erproben unterschiedliche Wurf- und Stoßtechniken 	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> - beurteilen ihre individuelle Leistungsfähigkeit - vergleichen unterschiedliche Wurf- und Stoßtechniken miteinander 	<p>Ausdauerlauf (Dauerlauf + Cooper-Test)</p> <p>Schlagballweitwurf (200g)</p> <p>Erprobung von unterschiedlichen Wurf- und Stoßtechniken</p>	



Bewegungsfeld „Spielen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> - wenden komplexe Regeln an - wenden komplexe Bewegungsformen und Techniken situationsangemessen an - wenden sportspielspezifische taktische Maßnahmen situationsangemessen an - spielen mannschaftsdienlich und fair und setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein 	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> - reflektieren ausgewählte Strukturelemente und Regeln eines Sportspiels - sind sich ihrer Handlungsentscheidungen bewusst - reflektieren Spielprozesse - gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um - übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft - reflektieren Merkmale eines fairen Spiels 	<p>Basketball</p> <p>Badminton</p>	<p>Basketballturnier</p>

Bewegungsfeld „Turnen und Bewegungskünste“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> - präsentieren unter einer vorgegebenen Themenstellung eine selbst entwickelte Kür 	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> - interpretieren die vorgegebene Themenstellung - wenden Kenntnisse zur Gestaltung und Beurteilung einer Kür an - erkennen und beschreiben die Notwendigkeit von sachgerechten Geräteaufbauten und Gerätesicherungen sowie von Hilfe- und Sicherheitsstellungen - nehmen Unterstützung an, bauen Vertrauen auf und übernehmen Verantwortung für sich und die Partnerin/den Partner 	<p>Gruppenchoreographie mit akrobatischen und tänzerischen (<i>siehe Bewegungsfeld „Gymnastisches und tänzerisches Bewegen“</i>) Elementen</p>	

Bewegungsfeld „Gymnastisches und tänzerisches Bewegen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	Die Schülerinnen und Schüler... - gestalten ein Thema mit tänzerischen Mitteln	Die Schülerinnen und Schüler... - interpretieren ein Thema - berücksichtigen Gestaltungskriterien wie Raum, Zeit, Dynamik, Körpertechnik/Form und ziehen diese zur Beurteilung heran	Gruppenchoreographie mit tänzerischen und akrobatischen (<i>siehe Bewegungsfeld „Turnen und Bewegungskünste“</i>) Elementen	

Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	Die Schülerinnen und Schüler... - laufen eine Sprintstrecke in maximalem Tempo - wenden den Tiefstart an - demonstrieren die Flop-Technik beim Hochsprung	Die Schülerinnen und Schüler...	75m oder 100m Sprint Tiefstart Hochsprung: Fosbury-Flop	



Bewegungsfeld „Spielen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> - spielen auch selbstständig entwickelte Varianten von Sportspielen - wenden komplexe Regeln an - wenden komplexe Bewegungsformen und Techniken situationsangemessen an - wenden sportspielspezifische taktische Maßnahmen situationsangemessen an - spielen mannschaftsdienlich und fair und setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein - führen Schiedsrichtertätigkeiten in eigener Verantwortung aus 	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> - reflektieren ausgewählte Strukturelemente und Regeln eines Sportspiels - sind sich ihrer Handlungsentscheidungen bewusst - reflektieren Spielprozesse - gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um - übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft - reflektieren Merkmale eines fairen Spiels - reflektieren ihre eigene Schiedsrichtertätigkeit 	<p>Volleyball</p> <p>Endzonenspiel: Ultimate Frisbee oder Flag Football</p>	<p>Volleyballturnier</p>

Bewegungsfeld „Kämpfen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> - führen nach individuell angepasstem Regelwerk Zweikämpfe durch - reagieren angemessen auf Angriffs- und Verteidigungshandlungen der Partnerin/des Partners - wenden grundlegende Prinzipien des Kampfes an - kämpfen um Räume, Gegenstände und unterschiedliche Körperpositionen 	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> - übernehmen Verantwortung für sich und andere - kennen und beachten die Werte für ein gelingendes Mit- und Gegeneinander - beachten Sicherheitsmaßnahmen beim Kämpfen mit einer Partnerin/einem Partner - reflektieren Bewegungshandlungen der Partnerin/des Partners und schätzen Kampfsituationen richtig ein - reflektieren ihre Erfahrungen mit körperlicher Nähe (Selbst- und Fremdwahrnehmung) - nehmen Rücksicht auf unterschiedliche körperliche Voraussetzungen. 	<p>Kämpfen am Boden</p>	

Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	<p>Die Schülerinnen und Schüler... - laufen eine Langstrecke ohne Pause ausdauernd</p> <p>- werfen/ und oder stoßen in mindestens zwei unterschiedlichen Wettkampfdisziplinen</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler... - setzen sich selbst eigene Ziele auf der Grundlage der Analyse der bisherige Ausdauerläuferfahrungen</p> <p>- analysieren ihre individuellen Leistungen im Hinblick auf die Bewegungsausführungen</p>	<p>Ausdauerlauf (Cooper-Test)</p> <p>Kugelstoßen und Schleuderball</p>	



Bewegungsfeld „Spielen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	Die Schülerinnen und Schüler... - zeigen eine altersgemäße Ausprägung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten - wenden spielspezifische Fähigkeiten und Fertigkeiten an - setzen gruppen- und mannschaftstaktische Strategien im Spiel um	Die Schülerinnen und Schüler... - entwickeln, organisieren und leiten Spiele - arbeiten in verschiedenen Sozialformen und Gruppenzusammensetzungen ziel- und sachorientiert - lösen in Bewegungs- und Spielsituationen auftretende Konflikte - verhalten sich in Wettkämpfen regelgerecht und fair	Badminton Floorball	

Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	Die Schülerinnen und Schüler... - zeigen eine altersgemäße Ausprägung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten - wenden grundlegende Bewegungstechniken der Leichtathletik an - erklären grundlegende Sachverhalte der Bewegungs- und Trainingswissenschaft	Die Schülerinnen und Schüler... - erwerben verschiedene Lernstrategien und Methodenkenntnisse - geben gezielte Bewegungskorrekturen - reflektieren Lernprozesse	Mindestens eine Lauf-, eine Sprung- und eine Wurfdisziplin	

Bewegungsfeld „Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen“

Zeit- rahmen	Angestrebte Kompetenzen (Schwerpunkte)		Vereinbarte Themen	Sonstiges
	inhaltsbezogen	prozessbezogen		
	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> - demonstrieren das Schwimmen in einer Gleichzug- und einer Wechselzugtechnik - schwimmen ausdauernd unter Berücksichtigung der individuellen Zeit- und Streckeneinteilung - schwimmen schnell eine vorgegebene Strecke in einer selbst gewählten Schwimmtechnik inklusive Start und Wenden - springen mit einem oder mehreren Partnerinnen/Partnern synchron - tauchen mindestens 10 Meter weit (- transportieren eine Partnerin/einen Partner über eine vor-gegebene Distanz sicher - demonstrieren grundlegende Fertigkeiten zur Selbst- und zur Fremddrettung) 	<p>Die Schülerinnen und Schüler...</p> <ul style="list-style-type: none"> - verfügen über eine erweiterte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf eigene und fremde Ausdrucks- und Darstellungsformen - demonstrieren eigene Bewegungslösungen - schätzen Risiken beim Sport realistisch ein und setzen sich angemessene Ziele - reflektieren Lernprozesse 	<ul style="list-style-type: none"> - Gleichzug- und Wechselzugtechnik - Springen - Tauchen (- Rettung) 	

Leistungsbewertung (Jahrgänge 5-10)

Sportmotorische Leistung: 75 %

Sonstige Leistung: 25 %