

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: ca. 8	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
Thema des UV: Gut vorbereitet ist halb gewonnen – Ein Aufwärmprogramm kriteriengeleitet planen und durchführen		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen		Inhaltsfeld: f – Gesundheit
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeines und spezielles Aufwärmen 	Inhaltlicher Schwerpunkt: <ul style="list-style-type: none"> • Unfall- und Verletzungsprophylaxe 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Die SuS können... SK <ul style="list-style-type: none"> • Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern MK <ul style="list-style-type: none"> • geeignete Aufwärm- und Vorbereitungsformen (allgemein und sportartspezifisch) planen, durchführen und variieren, • Belastungsintensitäten wahrnehmen, steuern und begründen (z. B. über Puls, Atmung, subjektives Belastungsempfinden), • Bewegungsabläufe mithilfe einfacher Kriterien beobachten, beschreiben und gezielt korrigieren (bei sich selbst und anderen). UK <ul style="list-style-type: none"> • die Wirksamkeit und Angemessenheit unterschiedlicher Aufwärm- und Vorbereitungsformen beurteilen (z. B. im Hinblick auf Ziel, Belastung, Sicherheit und individuelle Voraussetzungen), 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Funktionen und Ziele des Aufwärmens • Kriterien und Unterschiede von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen • kritische Auseinandersetzung mit Aufwärmspielen 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufwärmen in Einzel-, Partner- und Gruppenformen • Allgemeine und sportartspezifische Aufwärmprinzipien allein und in der Gruppe anwenden 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • allgemeines und sportartspezifisches Aufwärmen • Körperliche Reaktionen nach Belastung im Aufwärmen (physische und psychische Vorbereitung) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Phasen des Aufwärmens • Allgemeines und sportartspezifisches Aufwärmen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Anwendung der thematisierten Prinzipien beim selbstständigen Aufwärmen • Beteiligung in kognitiven Phasen <p>punktuell:</p> <p>--</p>

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: ca. 12	Nummer des UVs im BF/SB: 2.2/2.3
Thema des UV: Chillst du noch oder spielst du schon? - Kleine Spiele für die Pause erfinden und Spiele aus anderen Kulturen kennenlernen		
BF/SB 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • kleine Spiele und Pausenspiele • Spiele aus anderen Kulturen 	Inhaltlicher Schwerpunkt: <ul style="list-style-type: none"> • Interaktion im Sport 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • Lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen • Eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Die SuS können... SK <ul style="list-style-type: none"> • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern MK <ul style="list-style-type: none"> • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren UK <ul style="list-style-type: none"> • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen. 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Grundideen von Spielen erkennen und analysieren • Spiele aus anderen Kulturen verstehen und ausprobieren • Verantwortungsübernahme für einen gelingenden Sportunterricht 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstgesteuertes Vorstellen und Durchführen von Spielen aus anderen Kulturen: • Hintergrundinformationen zu Herkunft und Entstehungsgeschichte des Spiels • Darstellung von Spielidee, Regelwerk • Organisation des Spielgeschehens • Erfinden neuer Spiele für die Pause in Kleingruppen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spiele aus fremden Kulturen (z.B. Indica – Südamerika, Korbball – Niederlande, asiatische Spiele) • Spiele für die Pause <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielziel • Strukturmerkmale 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft beim Spielen • Selbstständigkeit im Arbeitsprozess • Offenheit für neue Spielideen und Verantwortungsübernahme für das Gelingen des Spiels <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentationsfähigkeit: strukturiertes Anleiten eines neuen oder selbst gestalteten Spiels • Spielverhalten

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: ca. 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.2
Thema des UV: Stoßen statt werfen! – Kugelstoßen als neue leichtathletische Disziplin		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik		Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> leichtathletische Disziplinen (hier: Stoß) 	Inhaltlicher Schwerpunkt: <ul style="list-style-type: none"> Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen Struktur und Funktion von Bewegung 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (hier Kugelstoßen) in der Grobform ausführen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Die SuS können... SK <ul style="list-style-type: none"> für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfach grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern MK <ul style="list-style-type: none"> unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden UK <ul style="list-style-type: none"> Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • regelgeleitetes Kugelstoßen • Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampffregeln in den genannten Disziplinen • Messverfahren sachgerecht anwenden • ggf. Wiederholung und Festigung der in der Erprobungsstufe erlernten Techniken 	<ul style="list-style-type: none"> • eigenverantwortliches und selbstständiges Trainieren und Üben (allein und in Gruppen) • Verantwortlicher Umgang mit sicherheitsrelevanten Regeln und dem Einhalten von organisatorischen Abläufen • Laufübungen im Hinblick auf allgemeines und funktionales Aufwärmen • Wettkampfstätten wettkampfgerecht herrichten 	<ul style="list-style-type: none"> • Technik Kugelstoßen (Standstoß) • Wiederholung Sprint, Weitsprung (aus Absprungzone) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Wettkampffregeln zu den genannten Disziplinen • Stoßausgangslage 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • angemessenes Trainings- und Wettkampffverhalten • Hilfsbereitschaft und Teamgeist • selbstständiges Üben <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kugelstoßen nach Punktwerten, hier Jugendsportabzeichen

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: ca. 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.2
Thema des UV: Hoch, höher, Hochsprung?! – Grundlegende Fähigkeiten des ‚in die Höhe‘-Springens erarbeiten und verbessern		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik		Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungskernen
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletische Disziplinen (hier: Hochsprung) 	Inhaltlicher Schwerpunkt: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • Eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (hier Hochsprung) in der Grobform ausführen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Die SuS können... SK <ul style="list-style-type: none"> • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. MK <ul style="list-style-type: none"> • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen UK <ul style="list-style-type: none"> • den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Sprungerfahrungen „in die Höhe“ ermöglichen • normungebundenes in die Höhe springen • normgebundene Anwendung der Techniken Hock- und Schersprung • Einführung des Flop in seiner Grobform 	<ul style="list-style-type: none"> • induktive Annäherung an die Thematik • deduktives Vorgehen in der Technikvermittlung • Zergliederungsmethode bei komplexen Bewegungen (z.B. Flop) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • einbeinige Absprünge • normungebundene Sprünge • Hock- und Schersprünge • Flop <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsphasen • Körperschwerpunkt 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • eigenverantwortliches und selbstständiges Trainieren und Üben (allein und in Gruppen) • Anstrengungsbereitschaft • Lernprogression <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • absolute Sprunghöhe (ggf. unter Berücksichtigung der körperl. Voraussetzungen)

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: ca. 14	Nummer des UVs im BF/SB: 5.2
Thema des UV Gemeinsam sicher gestalten – Partner- und Gruppenakrobatik entwickeln, erproben und präsentieren		
BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • Partner- und Gruppenakrobatik (Pyramiden, Stützen, Hebungen, Gleichgewichtsfiguren) • turnerisch-akrobatische Gestaltungskombinationen (Figuren verbinden und präsentieren) 	Inhaltlicher Schwerpunkt: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • akrobatische Grundelemente (z. B. Stützelemente, Gleichgewichtsfiguren, einfache Hebefiguren, Pyramiden) auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau demonstrieren, • Sicherheits- und Hilfestellungen bei Partner- und Gruppenakrobatik situationsbezogen wahrnehmen, anwenden und sachgerecht durchführen (z. B. Spotten, Absichern, Mattenaufbau, Rollenverteilung), • akrobatische Figuren und kurze Abfolgen in Partner- oder Gruppenarbeit entwickeln, variieren und präsentieren. 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Die SuS können... SK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Zusammenhänge zwischen Aktionen und Effekten erläutern (z. B. „mehr Körperspannung = stabilere Figur“, „breitere Basis = sicherer Stand“, „klare Kommandos = sichere Ausführung“), • grundlegende Sicherheitsprinzipien der Partner- und Gruppenakrobatik erklären (z. B. Absichern, Matten, Belastungsverteilung, Kommunikation). MK <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe beobachten, beschreiben und korrigieren (z. B. anhand einfacher Kriterien wie Stabilität, Körperspannung, Synchronität, Sicherheit) UK <ul style="list-style-type: none"> • die eigene und fremde Ausführung akrobatischer Figuren nach Kriterien (z. B. Sicherheit, Stabilität, Körperspannung, Kooperation, Gestaltung) einschätzen und beurteilen, 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Bewegungsfertigkeiten im Bereich Stützen, Balancieren, Heben/Tragen und Körperspannung • grundlegende Sicherheits- und Verhaltensregeln für Partner- und Gruppenakrobatik (z. B. Spotten, Matten, Rollen) • Kooperation, Vertrauen und Kommunikation als zentrale Voraussetzung gelingender Akrobatik • Bewegungsverbindungen (Figuren sinnvoll verbinden: Aufbau → Figur → Übergang → Abbau) 	<ul style="list-style-type: none"> • Erprobung vorgegebener akrobatischer Basisfiguren in Partner- und Gruppenarbeit (2er/3er/4er) • systematischer Aufbau: Bodenübungen → Partnerfiguren → kleine Pyramiden → Figurenfolgen • Variation und Erweiterung von Figuren (z. B. durch Einstieg, Übergänge, Haltezeit, Positionen, Niveauwechsel) • Arbeit mit Beobachtungsaufträgen (Stabilität, Spannung, Sicherheit, Rollen) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körperspannung halten und gezielt einsetzen (stabil vs. instabil) • Balance und Schwerpunkt in Stütz- und Hebefiguren • Rollen in der Akrobatik (Base – Flyer – Spotter) und deren Verantwortung • Sicherheit und Vertrauen: klare Absprachen, Kommandos, kontrollierter Auf- und Abbau • Gestaltung: Übergänge, Synchronität, Wirkung der Präsentation <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körperspannung, KSP 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kontinuität im Übungsprozess (dranbleiben, verbessern, wiederholen) • Lernprogression (Figuren steigern, Übergänge verbessern) • Kooperation im Team (Rollen übernehmen, kommunizieren, fair arbeiten) • Einhalten von Sicherheitsregeln <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Partner- oder Gruppenakrobatik-Folge

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: ca. 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
Thema des UV: Den Ball im Spiel halten – Festigung der Grundtechniken und erste Volleyballspiele gegeneinander		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none">• Mannschaftsspiele (Volleyball)	Inhaltlicher Schwerpunkt: <ul style="list-style-type: none">• grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none">• sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Die SuS können... SK <ul style="list-style-type: none">• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [a]• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [e] MK <ul style="list-style-type: none">• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [a] UK <ul style="list-style-type: none">• technische [a] und taktische Leistungsprogression [e] einschätzen und bewerten	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Regeln des Volleyballspielens festigen • Bewegungsvorstellung der Grundtechnik Aufschlag • Reduktion auf ein Spiel 3 gegen 3 • erste taktische Grundlagen im 3:3 • Wechsel von leistungshomogenen und -heterogenen Teams 	<ul style="list-style-type: none"> • Übungsstationen mit niveaudifferenzierten Übungen • Spiel mit wechselnden Partnern • Spiele 3:3 (auch 4:4 möglich) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wiederholung oberes und unteres Zuspiel • Erlernen des Aufschlages von unten • Positionen im Spiel 3 mit oder gegen 3 (Annahme, Zuspiel) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufschlag • Positionen Annahme und Zuspiel 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Teamfähigkeit • Beteiligung in Gruppenarbeits- und Gesprächsphasen • kontinuierliches und selbstständiges Üben • taktisch angemessenes Verhalten <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration Aufschlag von unten • positionsbezogenes Spiel 3:3

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: ca. 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.2
Thema des UV: Den Gegner aus der Mitte vertreiben – Erweiterung des Bewegungsrepertoires zum Generieren vom Räumen im Angriffsspiel		
BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele		Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> Partnerspiele (Badminton) 	Inhaltlicher Schwerpunkt: <ul style="list-style-type: none"> Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen Die SuS können... SK <ul style="list-style-type: none"> Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern MK <ul style="list-style-type: none"> einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden UK <ul style="list-style-type: none"> technische [a] und taktische Leistungsprogression [e] einschätzen und bewerten 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Erweiterung des Schlagrepertoires • Schulung der Auge-Hand-Koordination • Phasierung von Bewegungen • Partnerspiele mit- und gegeneinander • Regeln des Wettkampfspiels 	<ul style="list-style-type: none"> • Trainieren verschiedener Schlagtechniken vor dem Hintergrund des taktischen Nutzens • von einfachen zu komplexen Schlagvarianten • vielfältige, niveaudifferenzierte Aufgabenstellungen in Partner und Kleingruppen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • WH Schlägerhaltung, hoher Aufschlag, Überkopf-Clear • Felddrop • Unterhand-Clear <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielfeldbegrenzungen und Bezeichnung der Linien • Clear, Drop 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Lernprogression • selbstständiges Üben <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schlagkombination Hoher Aufschlag – Felddrop – Unterhand-Clear • angemessenes taktisches Verhalten in Spielsituationen