

## Jahrgangsstufe 5

Bewegungsfelder/Sportbereiche	Unterrichtsvorhaben	Kompetenzerwartungen	Pädagogische Perspektiven	Std.
<b>1</b>  <b>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<b>Allgemeines Aufwärmen</b> (Aufwärmspiele, gymnastische Übungen)	<u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>sich altersgerecht allgemein aufwärmen; Intensität des Aufwärmprozesses wahrnehmen und steuern</li> <li>grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen</li> <li>aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung (15 min.)</li> </ul>	a, f	4
	<b>Entwickeln motorischer Basisqualifikationen</b> (z.B. Balancieren, Klettern, Hangeln, Schaukeln; Bälle)	<u>Methodenkompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>einfache Bewegungshilfen nutzen; Spielstätten sicherheitsbewusst nutzen</li> </ul>		4
	<b>Ausdauerlauf</b>	<u>Urteilskompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>individuelle Leistungsfähigkeit einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien beurteilen</li> </ul> <u>Sachkompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>Körperempfindungen beschreiben, Bewegungsabläufe benennen</li> </ul>	a, f	6
<b>2</b>  <b>Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</b>	<b>Miteinander und gegeneinander spielen</b> (Pausenspiele, Kennenlernspiele, Lauf- und Fangspiele, Kooperative Spiele)	<u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>einfache Spiele fair und teamorientiert gestalten und miteinander spielen</li> </ul> <u>Methodenkompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>einfache Spiele selbstständig vorbereiten (auf- und abbauen)</li> </ul> <u>Urteilskompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>Einhalten von Regeln bewerten</li> </ul> <u>Sachkompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>Merkmale für faires, kooperatives Handeln benennen</li> <li>Regeln beschreiben</li> </ul>	e	10
<b>3</b>  <b>Leichtathletik</b>	<b>Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</b> (u.a. Takeshis Castle, Gerätebrennball, Staffelläufe, Sechstagerennen)	<u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende leichtathletische Fertigkeiten spielbezogen ausführen</li> </ul> <u>Methodenkompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>Spielflächen gemeinsam aufbauen</li> <li>Regeln vereinbaren</li> </ul> <u>Urteilskompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sportliche Spielsituationen beurteilen</li> </ul> <u>Sachkompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>motorische Grundfähigkeiten benennen</li> </ul>	d, e	4

Bewegungsfelder/Sportbereiche	Unterrichtsvorhaben	Kompetenzerwartungen	Pädagogische Perspektiven	Std.	
<p style="text-align: center;"><b>5</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Turnen</b></p>	<p><b>Vielseitiges turnerisches Bewegen an unterschiedlichen Geräten Schwingen, Stützen und Rollen erfahren</b> (z.B. Taue, Boden und Reck in einem Geräteparcours erproben)</p>	<p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundanforderungen (Balancieren, Schaukeln, Rollen, Stützen, Springen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben</li> <li>• elementare Bewegungsformen und –fertigkeiten (Boden) ausführen</li> <li>• grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrechterhalten</li> <li>• Bewegungsverbindung präsentieren</li> </ul>	a, b, c	3	
	<p><b>Erarbeitung turnerischer Grundfertigkeiten</b> (Körperspannung)</p>	<p><u>Methodenkompetenz</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in turnerischen Wagnissituationen umsichtig und verantwortungsbewusst handeln</li> <li>• Turngeräte transportieren und kooperativ auf- und abbauen</li> </ul> <p><u>Urteilskompetenz</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• turnerische Präsentationen einschätzen und bewerten</li> </ul>			3
	<p><b>Bodenturnen</b> (vielseitiges Rollen vorwärts und rückwärts, Handstand, Rad; Hilfestellung)</p>	<p><u>Sachkompetenz</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Herausforderungen beschreiben</li> </ul>			8
<p style="text-align: center;"><b>6</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz</b></p>	<p><b>Gymnastische Bewegungsgestaltung</b> z.B. mit dem Seil</p>	<p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gymnastische Bewegungsgestaltung mit dem Handgerät durchführen; grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität wahrnehmen</li> </ul> <p><u>Methodenkompetenz</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• durch zielgerichtetes Erproben einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen</li> <li>• einfache Bewegungsgestaltungen präsentieren</li> </ul> <p><u>Urteilskompetenz</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten</li> </ul> <p><u>Sachkompetenz</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen</li> </ul>	a, b	8	

Bewegungsfelder/Sportbereiche	Unterrichtsvorhaben	Kompetenzerwartungen	Pädagogische Perspektiven	Std.
<b>7</b> Sportspiele	<b>Partnerspiel Tischtennis</b> (miteinander den Ball im Spiel halten)	<u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende technische Fertigkeiten in der Grobform anwenden</li> <li>• sich in Spielsituationen fair verhalten und mannschaftsdienlich spielen</li> <li>• spielorientierte Handlungssituationen nutzen</li> </ul>	a, d, e	9
	<b>Sportspielübergreifendes sicheres Werfen und Fangen</b> (Mannschaftsspiel Handball)	<u>Methodenkompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• spieltypische Kommunikationsformen anwenden</li> </ul> <u>Urteilskompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eigene technische, koordinative Fertigkeiten beurteilen</li> <li>• einfache Spielsituationen beurteilen</li> </ul> <u>Sachkompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportspielspezifische Regeln kennen und beschreiben</li> </ul>		9
<b>9</b>	<b>Kämpfen um Raum und Gegenstände</b> (mit- und gegeneinander)	<u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• normungebunden im Stand und am Boden kämpfen</li> <li>• fair und regelgerecht kämpfen</li> </ul> <u>Methodenkompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• verbale und nonverbale Kommunikation nutzen</li> </ul> <u>Urteilskompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Wagnissituationen situativ einschätzen</li> </ul> <u>Sachkompetenz</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Herausforderungen und mögliche Gefahren beschreiben</li> </ul>	c, e	9

Freiraum: 28 Stunden