

Jahrgangsstufe 5

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

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

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

Freiraum: 28 Stunden