# Kepler Gymnasium Pforzheim

# Curriculum Sport Klasse 5/6

## Jahresplanung Stufe 5 und 6

Die Jahresplanung bezieht sich auf 4 Stunden pro Woche in Klasse 5 und 3 Stunden pro Woche in Klasse 6 und ca. 35 Schulwochen.

Klasse		F	0	
Inha	ultsbereich	5	6	
1	Spielen	20	30	50
2	Laufen, Springen, Werfen	12	18	30
3	Bewegen an Geräten	12	18	30
4	Bewegen im Wasser	70	0	70
5	Tanzen, Gestalten, Darstellen	8	0	8
6	Fitness entwickeln	8	12	20
7	Miteinander/gegeneinander kämpfen	10	0	10
8	Fahren, Rollen, Gleiten	0	14	14
Summe der Unterrichtsstunden		140	105	245
Verbleibende Freiräume/Schulcurriculum		0	0	0
Gesamtstunden		140	105	245

## Sport - Klasse 5

# Pflichtbereich 3.1.1.1: Spielen

ca. 20 Std.

## Generelle Vorbemerkungen:

Im Sinne der integrativen Sportspielvermittlung werden Gemeinsamkeiten der Sportspiele hervorgehoben.

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
2.1 Bewegungskompetenz	(1) [] technische und taktische	Unterrichtsvorhaben: Wir lernen	- Vermittlung, z. B. durch
1. alters- und entwicklungsgemäße	Basisfertigkeiten []	vielseitig und erfolgreich spielen.	"Genetisches Lernen"
konditionelle Anforderungen	(2) [] Bewegungs- und	Kleine Spiele, z. B. Parteiball,	- Verwendung von
bewältigen	Balltechniken []	Burgball, Wandball, Aufsetzerball,	unterschiedlichen Spielgeräten
2. koordinative Fähigkeiten und	(3) [] Individual- und	Stangentorball, Ball über die Schnur	- Schülerinnen und Schülern wird
technische Fertigkeiten anwenden	gruppentaktische Maßnahmen []	Technik: Passen, Fangen, Prellen,	die Kontrolle einzelner Regeln
4. grundlegendes Fachwissen []	(5) [] Sinnrichtungen erkennen	Schlagwurf, Werfen ohne und mit	übertragen (Arbeitskarte pro
anwenden []	(6) grundlegende Handlungen in	Zeit- und Gegnerdruck	Regel)
2.2 Reflexions- und	Angriff und Abwehr nennen und	Taktik: Freilaufen, Ball zum Ziel	- Thematisierung der
Urteilskompetenz	beschreiben	bringen, Lücke erkennen,	Kommunikation (Blickkontakt,
1. [] verschiedene Sinnrichtungen	(7) Spielregeln in Kleinen Spielen	Verteidigung zwischen Gegner und	Handzeichen, Zuruf etc.)
des Sports erkennen	und Spielformen benennen und	Ziel, Anbieten, Freilaufen,	- Thematisierung der Fairness (z.
2.3 Personalkompetenz	einhalten	Angriffssituationen lösen	B. heterogene und homogene

5. eigene Emotionen und	(9) einfache Spielleitungsaufgaben	Regeln: Feldbegrenzungen,	Gruppen bilden und Emotionen
Bedürfnisse [] wahrnehmen und	übernehmen	Ausregel,	reflektieren)
regulieren	(10) den Unterschied zwischen	Arten der Mannschaftsbildung,	
2.4 Sozialkompetenz	fairem und unfairem Verhalten	Einführung des Themas Schieds-	L PG, BTV
6. bei sportlichen Aktivitäten	erkennen []	richtertätigkeit	
kommunizieren, kooperieren und	(11) ihre Emotionen unter Anleitung		
konkurrieren	reflektieren und kontrollieren		

# Pflichtbereich 3.1.1.2: Laufen, Springen, Werfen

ca. 12 Std.

## **Generelle Vorbemerkungen:**

Der Schwerpunkt liegt auf dem spielerischen, fähigkeitsorientierten und erlebnisintensiven Sammeln und Erweitern von grundlegenden Bewegungserfahrungen (unter Beachtung des Prinzips der Vielseitigkeit und Vielfältigkeit).

Sportpädagogische Perspektiven: z. B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern Gemeinsam handeln, Wettkämpfen und sich verständigen Das Leisten erfahren und reflektieren

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
2.1 Bewegungskompetenz	(1) schnell und gewandt laufen []	Unterrichtsvorhaben: Um die	- vielfältige Erfahrungen
		Wette laufen: schnell, gewandt	ermöglichen, auch durch die
		und rhythmisch	Einbeziehung von

1. alters- und entwicklungsgemäße		Lauftechnik: Ballenlauf, Kniehub,	Geländeformen (z. B. im
konditionelle Anforderungen		Armeinsatz, Kauerstart, schnell	Dreibeinlauf, mit
bewältigen		laufen mit Richtungs- und	Schrittvariationen (Frequenz),
2. koordinative Fähigkeiten und		Tempowechseln	über Hindernisse, Slalom)
technische Fertigkeiten anwenden		Sprintspiele und Reaktionsspiele,	- Kombinationen, z. B. Laufen mit
4. grundlegendes Fachwissen []		Staffeln, Risikosprints	Springen, Laufen mit Werfen
anwenden []		Kurze Strecken (max. 40m)	(Biathlon)
2.3 Personalkompetenz			L BNE, PG
6. [] ihre Aufmerksamkeit steuern	(1) [] weit und zielgenau werfen	Unterrichtsvorhaben: Wir	Durch unterschiedliche Wurfgeräte,
		sammeln vielfältige	-arten, -aufgaben vielfältige
		Bewegungserfahrungen mit	Erfahrungen ermöglichen
		unterschiedlichsten Wurfgeräten.	L PG
		Wurftechnik: 3-Schritt-Anlauf, langer	
		Arm (schleudern)	
		Vielfältig werfen mit Schlagball,	
		Schweifball, Fahrradreifen	
		(schleudern), Medizinball (stoßen),	
		Zonenweitwurf	
	(1) [] weit und/oder hoch springen	Unterrichtsvorhaben: Wir erleben	Vergleich mit turnerischen Sprüngen
	[]	die Vielfalt des Springens: weit,	möglich
		hoch, mehrfach.	L PG
		Sprungtechnik: einbeinig -	
		beidbeinig abspringen, aus dem	
		Anlauf weit springen (Schritttechnik	
		oder Hocktechnik) und/oder hoch	

	springen (Schersprung),	
	Mehrfachsprünge ausführen	
	Einbeinige Sprünge aus dem	
	Anlauf: Hoch-Weitsprung über den	
	Oxer, Additionszonenweitsprung,	
	Watussi-Sprung, Sprunggarten	

## Pflichtbereich 3.1.1.3: Bewegen an Geräten

ca. 12 Std.

### **Generelle Vorbemerkungen:**

Ziel des Unterrichts ist es, die Vielfalt der Bewegungsmöglichkeiten im Raum durch Geräte zu erfahren, um so vielfältige und vielseitige Bewegungserfahrungen zu sammeln. Dazu bewegen sich die Inhalte teils näher am Gerätturnen, teils näher am normungebundenen Turnen sowie dem Abenteuerturnen.

Gruppengestaltungen und Gemeinschaftspräsentationen bieten Möglichkeiten und Anreize zur Kooperation.

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
2.1 Bewegungskompetenz	(1) turnerische Grundtätigkeiten []	Unterrichtsvorhaben: Wir	- offene und gebundene Aufgaben
	an unterschiedlichen Geräten []	sammeln Bewegungserfahrungen	zum "Rollen"

- 1. alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen
- 2. koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden

## 2.2 Reflexions- und Urteilskompetenz

1. [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen

### 2.3 Personalkompetenz

- 1. ein realistisches Selbstbild entwickeln
- 2. [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben
- 5. eigene Emotionen und Bedürfnisse [...] wahrnehmen und regulieren

### 2.4 Sozialkompetenz

- 1. Mitschülerinnen und Mitschüler
- [...] unterstützen und ihnen [...] helfen
- 2. wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren
- 4. [...] verantwortungsvoll handeln

und Gerätekombinationen anwenden

- (3) einfache akrobatische Figuren
- [...] ausführen
- (4) den Auf- und Abbau von Turngeräten sachgerecht ausführen
- (5) einfache Helferhandlungen ausführen [...]
- (6) [...] Sinnrichtungen erkennen
- (7) Maßnahmen des Helfens und Sicherns benennen
- (8) in Wagnissituationen verantwortungsbewusst handeln
- (10) gemeinsam [...] eine

Gruppenpräsentation nachgestalten und präsentieren

## Gemeinschaftspräsentation.

Erproben einfacher akrobatischer

Elemente (z. B. Flieger)

Entwicklung einer Gruppenkür

## an Geräten und

#### Gerätekombinationen.

Helfergriffe einüben (Klammergriff) Geräte auf- und abbauen

Boden: Rollen in Variationen,

Handstandvariationen, Rad

Schwebebalken/Bänke:

Balancieren, Drehen, Aufspringen,

einfache Sprünge (z. B.

Pferdchensprung)

Barren: Hangeln, Schwingen im

Stütz, Kehren

akrobatische

- Lernen durch erleichterte Bedingungen
- Binnendifferenzierung durch sukzessives Erschweren der Bewegungsfertigkeiten
- Stationenlernen mit differenzierten Aufgaben
- "Turnerpass" mit Stationen und Aufgaben; Buddy-System
- Thematisierung von Helfen und Sichern (z. B. Sportgeräteführerschein)

### L PG, BTV

- Unterrichtsvorhaben: Wir erarbeiten eine turnerisch -

Erproben von Bodenelementen (z.

B. rollen, auf den Händen stehen)

- Lernaufgaben
- Gestaltungsaufgaben
- Sicherheitsaspekte beachten
- Kriterien für Gemeinschaftspräsentation
- Videoaufnahmen (-analysen) möglich

L PG, BTV, MB

6. bei sportlichen Aktivitäten		
kommunizieren, kooperieren und		
konkurrieren		

# Pflichtbereich 3.1.1.4: Bewegen im Wasser

ca. 70 Std.

### **Generelle Vorbemerkungen:**

Ziel des Unterrichts ist es, die Besonderheiten des Bewegens im Wasser experimentierend zu erfahren (Auftrieb, Widerstand, Gleiten) und damit das Wasserbewegungsgefühl als Basis der Schwimmfähigkeit zu entwickeln. Darauf aufbauend erwerben bzw. vertiefen die Schülerinnen und Schüler die grundlegenden Bewegungsabläufe von Schwimmtechniken, um sich flüssig und sicher im Wasser fortzubewegen.

Sportpädagogische Perspektiven: z. B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern Das Leisten erfahren und reflektieren

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
2.1 Bewegungskompetenz	(1) gleiten und schweben,	Unterrichtsvorhaben: Mein	<ul> <li>grundlegende Erfahrungen</li> </ul>
1. alters- und entwicklungsgemäße	Delfinsprünge ausführen, springen	Körper im Wasser	aufgreifen, z.B. ins Wasser
konditionelle Anforderungen	und tauchen	– Vielfältige	ausatmen
bewältigen	(3) grundlegende	Bewegungserfahrungen beim	<ul> <li>Prinzip des Gleitens und</li> </ul>
	Bewegungsabläufe von zwei	Gleiten, Schweben und Tauchen	Wasserfassens, z. B. Tiere
		sammeln (auch mit	imitieren

2. koordinative Fähigkeiten und	weiteren Schwimmtechniken	verschiedenen Geräten und	reflektierter Umgang mit
technische Fertigkeiten anwenden	ausführen	Materialien)	Wagnissituationen
2.2 Reflexions- und	(5) [] Sinnrichtungen erkennen	<ul> <li>vielfältige Sprünge erproben</li> </ul>	<ul> <li>Bade- und Sicherheitsregeln, z.</li> </ul>
Urteilskompetenz	(6) Bade- und Sicherheitsregeln	Verstehen und Anwenden des	B. als Lernaufgabe
1. [] verschiedene Sinnrichtungen	benennen und anwenden	Prinzips "Antrieb erzeugen",	L PG
des Sports erkennen		"Widerstand vermeiden"	FBNT
2.4 Sozialkompetenz	(2) eine Schwimmtechnik mit Start	Unterrichtsvorhaben: Wir	- Schwimmtechniken werden
4. [] verantwortungsvoll handeln	und Wende demonstrieren	schwimmen schnell und	durch vielfältige
5. den Unterschied zwischen fairem	(4) ihre Schwimmtechnik an	ausdauernd.	Bewegungsaufgaben, auch
und unfairem Handeln erkennen	ausdauerndes beziehungsweise	- Kraulschwimmen lernen	unter Verwendung von
und sich selbst fair verhalten – auch	schnelles Schwimmen anpassen	- Technik 25 Meter	Materialien, entwickelt und
bei Erfolgs- und	(7) einen schwimmspezifischen	Kraulschwimmen in Grobform	ausgeführt
Misserfolgserlebnissen	Organisationsrahmen einhalten	- Startsprung und Wende	<ul> <li>spielerische Übungen und</li> </ul>
	(8) Regeln bei Wettbewerben	demonstrieren	Wettbewerbe als Gruppen- und
	anwenden	- 10 Minuten ohne Unterbrechung	Klassenwettkämpfe
		schwimmen	<ul> <li>weitere spielerische</li> </ul>
		- Rückenschwimmen und	Technikerfahrungen
		Brustschwimmen erste	ermöglichen
		Erfahrungen sammeln	- ausdauernd schwimmen auch
			mit wechselnden Techniken,
			spielerische Ausdauerschulung
			L PG

# Pflichtbereich 3.1.1.5: Tanzen, Gestalten, Darstellen

ca. 8 Std.

## **Generelle Vorbemerkungen:**

Ziel des Unterrichts ist es, die Bewegungsvielfalt des eigenen Körpers wahrzunehmen und sich durch freie Bewegung und gymnastische Grundformen im Rhythmus von Musik darzustellen. Gruppengestaltungen und Gemeinschaftspräsentationen bieten Möglichkeiten und Anreize zur Kooperation.

Sportpädagogische Perspektiven: z. B. Sich körperlich ausdrücken und Bewegungen gestalten

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern

Gemeinsam handeln, Wettkämpfen und sich verständigen

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
2.1 Bewegungskompetenz	(1) gymnastische Grundformen []	Unterrichtsvorhaben: Wir	z. B. Line-Dance
2. koordinative Fähigkeiten und	ausführen	bewegen uns gemeinsam auf	- Vermittlung der Grundschritte
technische Fertigkeiten anwenden	(2) [] Bewegungen [] zum	Musik.	nach dem Bausteinprinzip
3. Bewegungen gestalten und sich	Rhythmus von Musik umsetzen	Erarbeiten einer	- Präsentation im Rahmen
durch Bewegung ausdrücken	(4) ausgewählte Merkmale von	Gruppenchoreografie:	schulischer Veranstaltungen (z.
2.2 Reflexions- und	Bewegungsqualität umsetzen []	Erarbeitung der Grundschritte aus	B. Tag der offenen Tür)
Urteilskompetenz	(5) einfache Aufstellungsformen	den Grundformen Gehen, Drehen	- Videoaufnahmen (-analysen)
1. [] verschiedene Sinnrichtungen	umsetzen	und Hüpfen (z. B. kick ball change)	möglich
des Sports erkennen	(6) [] Sinnrichtungen erkennen	Vorgegebene Variationen:	L PG, BTV, MB
2.3 Personalkompetenz	(7) ausgewählte	Reihenfolge der Schritte,	F MUS
2. [] kurz- und mittelfristige Ziele	Gestaltungskriterien [] erkennen	Aufstellungsform und Raumwege	
ableiten und dafür ausdauernd üben	und benennen		

5. eigene Emotionen und	(8) grundlegende Gerätetechniken		
Bedürfnisse [] wahrnehmen und	benennen []		
regulieren	(9) Merkmale von		
6. [] ihre Aufmerksamkeit steuern	Bewegungsqualität bei anderen		
2.4 Sozialkompetenz	erkennen und benennen []		
1. Mitschülerinnen und Mitschüler	(10) gestalterische		
[] unterstützen und ihnen []	Bewegungsaufgaben [] in der		
helfen	Gruppe lösen []		
2. wertschätzend miteinander	(3) einfache Techniken [] mit	Unterrichtsvorhaben: Wir	- z. B. Rope Skipping
umgehen und andere integrieren	verschiedenen Materialien [] und	gestalten eine	- mit Musikunterstützung
3. bei der Lösung von Konflikten die	Geräten [] ausführen	Bewegungsverbindung mit dem	- Differenzierung: Sprünge zu
Interessen und Ziele aller Beteiligten	(5) einfache Aufstellungsformen	Seil.	zweit in einem Seil oder synchron
berücksichtigen	umsetzen	Erlernen verschiedener	springen
6. bei sportlichen Aktivitäten	(10) gestalterische	Grundsprünge und Gestaltung einer	- Videoaufnahmen (-analysen)
kommunizieren, kooperieren und	Bewegungsaufgaben [] in der	Bewegungsverbindung allein	möglich
konkurrieren	Gruppe lösen []	und/oder mit anderen	L PG, BTV, MB
			F MUS

## Pflichtbereich 3.1.1.6: Fitness entwickeln

ca. 8 Std.

Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit ihrem Körper und seinen Reaktionen sowie ihrer Fitness auseinander. Sie erfahren und deuten körperliche Anstrengung und Regeneration. Sie verbessern spielerisch ihre Fitness in altersgemäßer Form.

Sportpädagogische Perspektiven: z. B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern

Das Leisten erfahren und reflektieren

Fitness verbessern und Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
2.1 Bewegungskompetenz	(1) [] konditionelle und	Unterrichtsvorhaben: Wir	- Collage zum Thema "Was ist
1. alters- und entwicklungsgemäße	koordinative Leistungen erbringen	steigern unsere Fitness –	Fitness" erstellen
konditionelle Anforderungen	(3) Signale und Reaktionen des	Schwerpunkt Ausdauer.	- "Welcher Sporttyp bin
bewältigen	eigenen Körpers [] erkennen und	Eingangstest (z. B. 6-Minuten-Lauf)	ich?"→Bewegungstagebuch
2. koordinative Fähigkeiten und	beurteilen	Ökonomisch laufen (z. B.	führen
technische Fertigkeiten anwenden	(4) ihren Puls messen	Armführung)	- Puls messen und protokollieren
4. grundlegendes Fachwissen []	(5) Vorgänge im Körper []	Tempogefühl entwickeln	- Körperwahrnehmung:
anwenden []	beschreiben []	Körpersignale deuten	o bei Belastung/Erholung
2.3 Personalkompetenz	(6) [] sportgerechte(r) Kleidung	(Puls/Atmung/Schweiß)	<ul> <li>Schwitzen</li> </ul>
1. ein realistisches Selbstbild	und die Gefahren von Piercing []	Spielerisches Lauftraining	<ul> <li>Atemnot</li> </ul>
entwickeln		(z. B. Europareise, 6-Tage-Rennen,	- Teilnahme an regionalen
2. [] kurz- und mittelfristige Ziele		6-Tage-Hindernislauf; verschiedene	Stadtläufen
ableiten und dafür ausdauernd üben		Lauf- und Parteiballspiele;	- Videoaufnahmen (-analysen)
3. die Bedeutung von Bewegung		Zeitschätzlauf; Puzzle-Lauf (mit	L PG, BTV, MB
[] einschätzen und		Ernährungskarten); Alter in Minuten	
gesundheitsbewusst handeln		laufen; Fahrtspiel;	
4. [] Auswirkungen ihres		Intervallspielformen;	
Bewegungshandelns []		Laufabzeichen)	
wahrnehmen und verstehen		Retest	

6. [] ihre Aufmerksamkeit steuern		
6. [] ihre Aufmerksamkeit steuern		

# Wahlpflichtbereich 3.1.2.1: Miteinander/gegeneinander kämpfen ca. 10 Std.

### **Generelle Vorbemerkungen**

Die Schülerinnen und Schüler reflektieren die Unterschiede zwischen Kämpfen und Streiten.

Sie sammeln Bewegungserfahrungen im verantwortungsbewussten Umgang mit einer Partnerin/einem Partner und im Kämpfen. Das bedeutet, sie entwickeln Verantwortung gegenüber der Partnerin/dem Partner und schaffen Vertrauen. Der beim Kämpfen notwendige Körperkontakt muss sensibel angebahnt werden.

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
2.1 Bewegungskompetenz	(1) verschiedene Formen des	Unterrichtsvorhaben: Wir	- Vergleich von Kämpfen im Streit
1. alters- und entwicklungsgemäße	Zweikämpfens am Boden []	kämpfen regelgerecht.	und Kämpfen als sportlicher
konditionelle Anforderungen	ausführen und anwenden	Aufbau von	Wettkampf
bewältigen	(2) Taktiken und Strategien []	Körperkontakt/Vertrauen zum	- Verdeutlichung der Pole
2. koordinative Fähigkeiten und	anwenden	Partner entwickeln	Miteinander und Gegeneinander
technische Fertigkeiten anwenden	(6) mit der eigenen Kraft []	Kämpfen um Gegenstände – in der	- Bedeutung von Ritualen und
4. grundlegendes Fachwissen []	umgehen	Gruppe, dann paarweise →	Regeln
anwenden []			

konkurrieren

2.3 Personalkompetenz	(7) Rituale ausführen und deren	Einführung der Stoppregel, Rituale	- Zweikampfformen zur
ein realistisches Selbstbild	Bedeutung erklären	und Umgangsformen	Verbesserung der Halte- und
entwickeln	(8) sich regelgerecht und fair []	Kennenlernen und Erwerb	Stützkraft (integriert in das
3. die Bedeutung von Bewegung	verhalten	verschiedener Techniken des	Aufwärmen)
[] einschätzen und	(9) ihre Emotionen [] reflektieren	Zweikämpfens: Schieben,	L PG, BTV
gesundheitsbewusst handeln	und kontrollieren	Verdrängen, Drehen, Fixieren	
5. eigene Emotionen und	(10) [] grundlegende(n) Regeln		
Bedürfnisse [] wahrnehmen und	[] erläutern		
regulieren			
6. [] ihre Aufmerksamkeit steuern			
2.4 Sozialkompetenz			
2. wertschätzend miteinander			
umgehen und andere integrieren			
3. bei der Lösung von Konflikten die			
Interessen und Ziele aller Beteiligten			
berücksichtigen			
4. [] verantwortungsvoll handeln			
5. den Unterschied zwischen fairem			
und unfairem Handeln erkennen			
und sich selbst fair verhalten []			
6. bei sportlichen Aktivitäten			
kommunizieren, kooperieren und			

## Wahlpflichtbereich 3.1.2.2: Fahren, Rollen, Gleiten

Nur Klasse 6

## Verbleibende Freiräume/Schulcurriculum

ca. 0 Std.

### **Generelle Vorbemerkungen:**

Das Schulcurriculum dient einerseits der Übung und Vertiefung, andererseits der verbindlichen Festlegung schulspezifischer Vereinbarungen (z. B. regelmäßige Turniere, besondere Sportarten etc.) in Abhängigkeit von der Lerngruppe und regionalen bzw. örtlichen Gegebenheiten. Eventuell können auch Stunden zur freien Verfügung ausgewiesen werden.

## Sport - Klasse 6

## Pflichtbereich 3.1.1.1: Spielen

ca. 30 Std.

### **Generelle Vorbemerkungen:**

Im Sinne der *integrativen Sportspielvermittlung* (vergleiche Glossar) werden Gemeinsamkeiten der Sportspiele und Besonderheiten der Rückschlagspiele hervorgehoben.

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
2.1 Bewegungskompetenz	1) [] technische und taktische	Unterrichtsvorhaben:	- Schülerinnen und Schüler
1. alters- und entwicklungsgemäße	Basisfertigkeiten []	Rückschlagspiele - Vom Spiel	erkennen den Unterschied
konditionelle Anforderungen	(2) [] Bewegungs- und	miteinander zum Spiel	zwischen Kooperation und
bewältigen	Balltechniken []	gegeneinander	Konkurrenz
2. koordinative Fähigkeiten und	(3) [] Individual- und	Vom Ball über die Schnur zum	- jeweils angepasste Feldgröße,
technische Fertigkeiten anwenden	gruppentaktische Maßnahmen []	Volleyball 1 mit 1, 1 : 1 bis zum 2 : 2	Netzhöhe, Art des Ballkontakts
4. grundlegendes Fachwissen []	(4) Spielsituationen[] mit	→ Vom miteinander zum	- Thematisierung der
anwenden []	individual- und gruppentaktischen	gegeneinander Spielen	Notwendigkeit von
2.2 Reflexions- und	Maßnahmen lösen […]	Techniken: Volley spielen	Kommunikation (z. B. "Ich" rufen)
Urteilskompetenz	(5) [] Sinnrichtungen erkennen	Taktik: Lücke erkennen, in die	L PG, BTV
1. [] verschiedene Sinnrichtungen	(6) grundlegende Handlungen in	Lücke spielen, zentrale	
des Sports erkennen	Angriff und Abwehr nennen und	Spielposition, Ball "aus" gehen	
2.3 Personalkompetenz	beschreiben	lassen	
5. eigene Emotionen und	(7) Spielregeln in Kleinen Spielen	Unterrichtsvorhaben: Wir	- Thematisierung der
Bedürfnisse [] wahrnehmen und	und Spielformen benennen und	erfinden Spiele.	Veränderbarkeit von Spielen
regulieren	einhalten	Spiele entwickeln, z. B. durch die	- Variationen bzgl. Spielgerät,
2.4 Sozialkompetenz	(8) Spielregeln mit Hilfen variieren	Variation von Regeln mit	Regeln, Passart etc.
6. bei sportlichen Aktivitäten	(10) den Unterschied zwischen	vorgegebenen Hilfen	- Erstellung einer Spielesammlung
kommunizieren, kooperieren und	fairem und unfairem Verhalten		L BTV
konkurrieren	erkennen []		
	(11) ihre Emotionen unter Anleitung		
	reflektieren und kontrollieren		

(12) Spiele entwickeln []	
---------------------------	--

# Pflichtbereich 3.1.1.2: Laufen, Springen, Werfen

ca. 18 Std.

## **Generelle Vorbemerkungen:**

Der Schwerpunkt liegt auf dem spielerischen, fähigkeitsorientierten und erlebnisintensiven Sammeln und Erweitern von grundlegenden Bewegungserfahrungen (unter Beachtung des Prinzips der Vielseitigkeit und Vielfältigkeit).

Sportpädagogische Perspektiven z. B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern

Gemeinsam handeln, Wettkämpfen und sich verständigen

Das Leisten erfahren und reflektieren

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
2.1 Bewegungskompetenz	(6) Inhalte und Regeln eines	Unterrichtsvorhaben: Einen	→ Bundesjugendspiele.de
1. alters- und entwicklungsgemäße	Wettbewerbs entwickeln []	Wettkampf zum "Laufen –	ightarrow Handbuch $ ightarrow$ Wettbewerb
konditionelle Anforderungen		Springen – Werfen" entwickeln	Leichtathletik
bewältigen		und durchführen	L PG
2. koordinative Fähigkeiten und		z. B. Dreikampf aus Weitsprung	
technische Fertigkeiten anwenden		(Schrittweitsprung), Ballwurf (aus	
4. grundlegendes Fachwissen []		3er-Anlauf) und 50m-Sprint (aus	
anwenden []		dem Hochstart)	

2.3 Personalkompetenz	(2) 20 Minuten ohne Unterbrechung	Unterrichtsvorhaben:	DLV Laufabzeichen
1. ein realistisches Selbstbild	laufen	Vorbereitung und Durchführung	L PG
entwickeln		eines 20min-Laufes	
2. [] kurz- und mittelfristige Ziele		Laufen im Gelände, Zeitschätzläufe,	
ableiten und dafür ausdauernd üben		Läufe zur Entwicklung des Tempo-	
4. [] Auswirkungen ihres		gefühls	
Bewegungshandelns []	(1) schnell und gewandt laufen, weit	Unterrichtsvorhaben: Wir	z. B. Beobachtungskarten,
wahrnehmen und verstehen	und/oder hoch springen []	überlaufen/überspringen	Videoanalyse der Lauftechnik
2.4 Sozialkompetenz	(4) die eigene Leistungsentwicklung	Hindernisse möglichst schnell.	L PG, MB
1. Mitschülerinnen und Mitschüler	erkennen und benennen	Gewandt und rhythmisiert laufen,	
[] unterstützen und ihnen []	(5) eigene Bewegungen	Hindernisbahn mit selbstgewählten	
helfen	wahrnehmen	Abständen der Hindernisse	
2. wertschätzend miteinander		überlaufen	
umgehen und andere integrieren			
3. bei der Lösung von Konflikten die			
Interessen und Ziele aller Beteiligten			
berücksichtigen			
4. [] verantwortungsvoll handeln			
7. [] unterschiedliche Rollen und			
Aufgaben übernehmen und			
reflektieren			

# Pflichtbereich 3.1.1.3: Bewegen an Geräten

ca. 18 Std.

## **Generelle Vorbemerkungen:**

Ziel des Unterrichts ist es, die Vielfalt der Bewegungsmöglichkeiten im Raum durch Geräte zu erfahren, um so vielfältige und vielseitige Bewegungserfahrungen zu sammeln. Dazu bewegen sich die Inhalte teils näher am Gerätturnen, teils näher am normungebundenen Turnen sowie dem Abenteuerturnen.

Gruppengestaltungen und Gemeinschaftspräsentationen bieten Möglichkeiten und Anreize zur Kooperation.

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
2.1 Bewegungskompetenz	(1) turnerische Grundtätigkeiten []	Unterrichtsvorhaben: Vielfältige	<ul> <li>offene und gebundene Aufgaben</li> </ul>
1. alters- und entwicklungsgemäße	an unterschiedlichen Geräten []	Bewegungserfahrungen beim	zum "Springen"
konditionelle Anforderungen	und Gerätekombinationen	"Springen" und "Überschlagen"	- Lernen durch erleichterte
bewältigen	anwenden	Sprünge mit dem Minitrampolin:	Bedingungen
2. koordinative Fähigkeiten und	(2) normgebundene Turnfertigkeiten	Fußsprünge, Rotationen um die	- Binnendifferenzierung durch
technische Fertigkeiten anwenden	an verschiedenen Geräten und aus	Breitenachse auf den Mattenberg	sukzessives Erschweren der
2.3 Personalkompetenz	unterschiedlichen Strukturgruppen	Sprünge mit dem Reutherbrett:	Bewegungsfertigkeiten
1. ein realistisches Selbstbild	ausführen []	Stützsprünge auf schiefe Ebene	- Thematisierung des Umgangs
entwickeln	(4) den Auf- und Abbau von		mit Wagnissituationen. Die
5. eigene Emotionen und	Turngeräten sachgerecht ausführen		Begegnung mit
Bedürfnisse [] wahrnehmen und	(8) in Wagnissituationen		Wagnissituationen ermöglicht
regulieren	verantwortungsbewusst handeln		Grenzerfahrungen sowie den
2.4 Sozialkompetenz			Umgang mit Gefühlen wie Angst
			und Überwindung.

1. Mitschülerinnen und Mitschüler			L PG
[] unterstützen und ihnen []	(9) [] Bewegungsverbindungen	Unterrichtsvorhaben: Wir	- Schwerpunkt auf den Aspekten
helfen	umgestalten und [] präsentieren	gestalten und bewerten eine	des Übens und des Leistens
2. wertschätzend miteinander	[]	Gruppenkür.	- Gruppenarbeit
umgehen und andere integrieren		Aus normgebundenen Elementen	- Beobachten lernen
3. bei der Lösung von Konflikten die		wird eine Kür erstellt.	- Kriterienkatalog
Interessen und Ziele aller Beteiligten			- Schülerinnen und Schüler
berücksichtigen			wählen das Gerät selbst aus
6. bei sportlichen Aktivitäten			- Verhalten der Zuschauer
kommunizieren, kooperieren und			thematisieren
konkurrieren			L PG, BTV, MB

# Pflichtbereich 3.1.1.4: Bewegen im Wasser

nur Klasse 5

# Pflichtbereich 3.1.1.5: Tanzen, Gestalten, Darstellen

nur Klasse 5

## Pflichtbereich 3.1.1.6: Fitness entwickeln

ca. 14 Std.

## **Generelle Vorbemerkungen:**

Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit ihrem Körper, seinen Reaktionen und ihrer Fitness auseinander. Sie erfahren und deuten körperliche Anstrengung und Regeneration. Sie verbessern spielerisch ihre Fitness in altersgemäßer Form.

Sportpädagogische Perspektiven: z. B. Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern

Das Leisten erfahren und reflektieren

Fitness verbessern und Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
2.1 Bewegungskompetenz	(1) [] konditionelle und	Unterrichtsvorhaben: Wir	<ul> <li>vorwiegend spielerische</li> </ul>
1. alters- und entwicklungsgemäße	koordinative Leistungen erbringen	steigern unsere Fitness –	Arrangements
konditionelle Anforderungen	(2) [] Sinnrichtungen erkennen	Schwerpunkt Kräftigung und	- Muskelgruppen erkennen, die
bewältigen	(3) Signale und Reaktionen des	Stabilisation.	gekräftigt werden (→
2. koordinative Fähigkeiten und	eigenen Körpers [] erkennen und	- Kämpfen und Raufen (mit/ohne	ScienceKids.de)
technische Fertigkeiten anwenden	beurteilen	Material)	- Stationen mit differenzierten
4. grundlegendes Fachwissen []	(4) ihren Puls messen	- Stützen und Hangeln an	Aufgabenkarten
anwenden []	(5) Vorgänge im Körper []	Geräten	L PG, VB
2.3 Personalkompetenz	beschreiben []	- Klettern an Tau, Stangen,	
1. ein realistisches Selbstbild	(6) [] sportgerechte(r) Kleidung	Boulder-Wand	
entwickeln	und die Gefahren von Piercing []	- Zirkeltraining	
2. [] kurz- und mittelfristige Ziele			
ableiten und dafür ausdauernd üben			
3. die Bedeutung von Bewegung			

[] einschätzen und
gesundheitsbewusst handeln
5. eigene Emotionen und
Bedürfnisse [] wahrnehmen und
regulieren
2.4 Sozialkompetenz
1. Mitschülerinnen und Mitschüler
[] unterstützen und ihnen []
helfen
4. [] verantwortungsvoll handeln

# Wahlpflichtbereich 3.1.2.1: Miteinander/gegeneinander kämpfen nur Klasse 5

# Wahlpflichtbereich 3.1.2.2: Fahren, Rollen, Gleiten

ca. 14 Std.

## Generelle Vorbemerkungen:

Generell sind in den Klassenstufe 5 und 6 vielfältige Anreizsituationen zu schaffen, wobei die Aufgabenorientierung der Technikorientierung vorzuziehen ist und kooperative Arbeitsformen sowie offene Aufgabenstellungen favorisiert werden sollen.

Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht	Ergänzende Hinweise, Arbeitsmittel, Organisation, Verweise
2.1	(1) Sich [] sicher	- Unterrichtsvorhaben: Fahren-Rollen-Gleiten	- 15 Stundroller
Bewegungskompetenz	fortbewegen und	Richtig aufsteigen, starten, bremsen,	- Lernbox Scooter-Training
2. koordinative Fähigkeiten	grundlegende	abstoppen und absteigen aus	Aufgabentafel für Scooter-Biathlon
und technische Fertigkeiten	Techniken	unterschiedlichen Situationen und	– Link:
anwenden	ausführen (z.B.	Geschwindigkeiten, fallen ohne sich zu	- https://lehrerfortbildung-
Bewegungen gestalten	Beschleunigen,	verletzen, Kurven fahren (große und kleine	bw.de/_mks/sport/gym/bp2016/fb4/06
und sich durch	Fahrtrichtung	Radien), Slalom fahren, Kreise fahren,	vorhaben/1 fahren/
Bewegungen ausdrücken	ändern,	unter einem Hindernis durchfahren,	
4. grundlegendes	Ausweichen,	Geschwindigkeit kontrollieren	
Fachwissen [] anwenden	Bremsen)	(beschleunigen, langsam fahren), vorwärts	
[]	(3) Gefahrensituatio	und rückwärts, "Fakie"-Fahren (Stand auf	
2.2 Reflexions- und	n [] für sich	dem Board mit "falschem"= ungewohntem	
Urteilskompetenz	und andere	Bein vorne)	
1. [] verschiedene	erkennen,		
Sinnrichtungen des Sports	benennen und		
erkennen	einschätzen und		
	vereinbarte		LP BNE, PG, BTV, VB

O des simons arradials	Olahanbatta 1
3. das eigene sportliche	Sicherheits- und
Handeln selbstbestimmt	Ordnungsmaßna
steuern	hmen einhalten
2.3 Personalkompetenz	(4) Die Funktion
1. ein realistisches	erforderlicher
Selbstbild entwickeln	Schutzausrüstun
3. die Bedeutung von	g benennen
Bewegungen []	(5) Sich beim
einschätzen und	Fahren, Rollen
gesundheitsbewusst	oder Gleiten
handeln	umweltgerecht
5. eigene Emotionen []	verhalten
wahrnehmen und	(6) Bewegungsaufg
regulieren	aben allein oder
6 [] ihre Aufmerksamkeit	in der Gruppe
steueren	lösen
2.4 Sozialkompetenz	
1. Mitschülerinnen und	
Mitschüler [] unterstützen	
und ihnen [] helfen	
2. wertschätzend	
miteinander umgehen und	
andere integrieren	
4. [] verantwortungsvoll	
handeln	
Hariadiii	

Schulinternes Fachcurriculum für das Fach Sport Klasse 5/6 – Kepler Gymnasium Pforzheim						