**Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 5**

| Nummerierung | Name des UVs | Nummer im Bewegungsfeld | UE (45 Minuten) |
|---|---|---|---|
| **UV 1** | ***„Spielräume individuell und kooperativ entdecken“*** – Unterschiedliche Lauf-, Fang- und Abwurfspiele erproben, entwickeln und hinsichtlich des Regelwerks sowie des körperlichen Belastungsempfindens überprüfen und verändern. | **2.1** | **36** |
| **UV 2** | ***„Stützen, Rollen, Rotieren“*** – Grundfertigkeiten (Rollbewegungen, Handstandvariationen, Rad, Standwaage, Kerze) des normierten Turnens am Boden entwickeln und festgelegte Bewegungsabfolgen präsentieren. | **5.1** | **24** |
| **UV 3** | ***Rope Skipping*** – Tänzerische Choreographien mithilfe von Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Form, Kraft) in Einzel- und Partnerarbeit entwickeln und präsentieren. | **6.1** | **24** |
| **UV 4** | ***„Qualle, Delphin, Wal und Flusspferd“*** – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen | **4.1** | **12** |
| **UV 5** | **„Ich will besser werden!“** – **Brustschwimmen und/oder** Rückenkraul und Kraulschwimmen **mit Start und Wende** sicher schwimmen können | **4.2** | **20** |
| **UV 6** | ***„Wasserspringen ohne Angst und Übermut!“*** – Beim vielfältigen Springen mit Angst umgehen und seine Grenzen ausloten | **4.3** | **8** |
| **UV 7** | ***„Basketball - kooperativ und wettkampforientiert “*** – Grundlegende Technikelemente (Passen, Fangen, Dribbeln, Abschlusssituationen) in einfachen Spielsituationen taktisch angemessen anwenden und sich dabei regelgerecht und mannschaftsdienlich verhalten. | **7.1** | **24** |
| **UV 8** | **„Laufen, Springen, Werfen“** – Grundlegende leichtathletische Fähigkeiten erlernen und unter Wettkampfbedingungen abrufen. | **3.1** | **24** |
| **UV 9** | ***„Sicher auf dem Wasser und Eis unterwegs*** – Mithilfe von unterschiedlichen Sportgeräten Gleiterfahrungen auf dem Wasser und dem Eis sammeln. | **8.1** | **4-8** |

| | |
|---|---|
| **Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:** | 120 UE |
| **Stunden für die Unterrichtsvorhaben:** | 90 UE |
| **Freiraum:** | 30 UE |

| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UVs: 36 | Nummer des UVs im BF/SB: 2.1 |
|---|---|---|

**Thema des UV 1:** ***„Spielräume individuell und kooperativ entdecken“*** – Unterschiedliche Lauf-, Fang- und Abwurfspiele erproben, entwickeln und hinsichtlich des Regelwerks sowie des körperlichen Belastungsempfindens überprüfen und verändern.

| **BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen** | **Inhaltsfelder:**<br>**e - Kooperation und Konkurrenz** |
|---|---|
| **Inhaltliche Kerne:**<br>• kooperative Spiele<br>• kleine Spiele und Pausenspiele | **Inhaltliche Schwerpunkte:**<br>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]<br>• Handlungssteuerung [c] |
| **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**<br>**BWK**<br>• Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen [6 BWK 2.1]<br>• lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen [6 BWK 2.3] | **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**<br>**SK**<br>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]<br>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]<br>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]<br>**MK**<br>• selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]<br>**UK**<br>• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1] |

| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UVs: 24 | Nummer des UVs im BF/SB: 5.1 |
|---|---|---|

**Thema des UV: Thema des UV 2: *„Stützen, Rollen, Rotieren“*** – Grundfertigkeiten (Rollbewegungen, Handstandvariationen, Rad, Standwaage, Kerze) des normierten Turnens am Boden entwickeln und festgelegte Bewegungsabfolgen präsentieren.

| **BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen** | **Inhaltsfelder:**<br>**a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen**<br>**e - Kooperation und Konkurrenz** |
|---|---|
| **Inhaltliche Kerne:**<br>• normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen | **Inhaltliche Schwerpunkte:**<br>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]<br>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] |
| **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**<br>**BWK**<br>• vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Barren, Kasten u.a.) demonstrieren [6 BWK 5.1]<br>• eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren [6 BWK 5.2] | **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**<br>**SK**<br>• die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]<br>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]<br>**MK**<br>• einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]<br>• selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]<br>**UK**<br>• einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1] |

| **Jahrgangsstufe:** 5 | **Dauer des UVs:** 24 | **Nummer des UVs im BF/SB: 6.1** |
|---|---|---|

**Thema des UV 3:** ***Rope Skipping*** – Tänzerische Choreographien mithilfe von Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Form, Kraft) in Einzel- und Partnerarbeit entwickeln und präsentieren.

| **BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste** | **Inhaltsfelder:**<br>**b - Bewegungsgestaltung** |
|---|---|
| **Inhaltliche Kerne:**<br>• gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) | **Inhaltliche Schwerpunkte:**<br>• Variation von Bewegung [b]<br>• Präsentation von Bewegungsgestaltung [b] |
| **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**<br>**BWK**<br>• Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen [6 BWK 6.1] | **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**<br>**SK**<br>• Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1]<br>• Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1]<br>• grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen [6 SK b2]<br>**MK**<br>• Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1]<br>• einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2]<br>**UK**<br>• kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1] |

| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UVs: 6 | Nummer des UVs im BF/SB: 4.1 |
|---|---|---|

**Thema des UV: „*Qualle, Delphin, Wal und Flusspferd*“** – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen

| **BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen** | **Inhaltsfelder:**<br>**a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen**<br>**f – Gesundheit** |
|---|---|
| **Inhaltliche Kerne:**<br>• Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen<br>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser | **Inhaltliche Schwerpunkte:**<br>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]<br>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]<br>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] |
| **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**<br>**BWK**<br>• das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen [6 BWK 4.1]<br>• grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2] | **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**<br>**SK**<br>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]<br>• grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1]<br>**MK**<br>• Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1] |

| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UVs: 10 | Nummer des UVs im BF/SB: 4.2 |
|---|---|---|

**Thema des UV: „Ich will besser werden!“** – **Brustschwimmen und/oder** Rückenkraul und Kraulschwimmen **mit Start und Wende** sicher schwimmen können

| **BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen** | **Inhaltsfelder:**<br>**a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen** |
|---|---|
| **Inhaltliche Kerne:**<br>• Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen<br>• Schwimmarten einschließlich Start und Wende | **Inhaltliche Schwerpunkte:**<br>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]<br>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]<br>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]<br>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] |
| **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**<br>**BWK**<br>• das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen [6 BWK 4.1]<br>• grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2]<br>• eine Gleichzugtechnik - oder (fakultativ und) eine Wechselzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen [6 BWK 4.3] | **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**<br>**SK**<br>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]<br>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]<br>**MK**<br>• einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]<br>**UK**<br>• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1] |

| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UVs: 4 | Nummer des UVs im BF/SB: 4.3 |
|---|---|---|

**Thema des UV: „*Wasserspringen ohne Angst und Übermut!*“** – Beim vielfältigen Springen mit Angst umgehen und seine Grenzen ausloten

| **BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen** | **Inhaltsfelder:**<br>**a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen**<br>**c – Wagnis und Verantwortung** |
|---|---|
| **Inhaltliche Kerne:**<br>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser | **Inhaltliche Schwerpunkte:**<br>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]<br>• Handlungssteuerung [c] |
| **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**<br>**BWK**<br>• grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2]<br>• in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen [6 BWK 4.4] | **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**<br>**SK**<br>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]<br>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]<br>**MK**<br>• verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]<br>**UK**<br>• einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1] |

| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UVs: 12 | Nummer des UVs im BF/SB: 7.1 |
|---|---|---|

**Thema des UV 5:** ***„Basketball - kooperativ und wettkampforientiert "*** – Grundlegende Technikelemente (Passen, Fangen, Dribbeln, Abschlusssituationen) in einfachen Spielsituationen taktisch angemessen anwenden und sich dabei regelgerecht und mannschaftsdienlich verhalten.

| **BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele** | **Inhaltsfelder:**<br>**d - Leistung**<br>**e - Kooperation und Konkurrenz** |
|---|---|
| **Inhaltliche Kerne:**<br>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) | **Inhaltliche Schwerpunkte:**<br>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]<br>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] |
| **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**<br>**BWK**<br>• sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2] | **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**<br>**SK**<br>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]<br>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]<br>**MK**<br>• in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2]<br>• mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1]<br>**UK**<br>• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1] |

| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UVs: 24 | Nummer des UVs im BF/SB: 3.1 |
|---|---|---|

**Thema des UV 6: „Laufen, Springen, Werfen“** – Grundlegende leichtathletische Fähigkeiten erlernen und unter Wettkampfbedingungen abrufen.

| **BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik** | **Inhaltsfelder:**<br>**a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen** |
|---|---|
| **Inhaltliche Kerne:**<br>• grundlegendes leichtathletisches Bewegen<br>• leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) | **Inhaltliche Schwerpunkte:**<br>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]<br>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]<br>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a] |
| **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**<br>**BWK**<br>• grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1] | **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**<br>**SK**<br>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]<br>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]<br>**MK**<br>• mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1]<br>**UK**<br>• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1] |

| Jahrgangsstufe: 5 | Dauer des UVs:4-8 | Nummer des UVs im BF/SB: 8.1 |
|---|---|---|

**Thema des UV 7: „*Sicher auf dem Wasser und Eis unterwegs*** – Mithilfe von unterschiedlichen Sportgeräten Gleiterfahrungen auf dem Wasser und dem Eis sammeln.

| **BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/Wintersport** | **Inhaltsfelder:**<br>**f - Gesundheit**<br>**c - Wagnis und Verantwortung** |
|---|---|
| **Inhaltliche Kerne:**<br>• Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee | **Inhaltliche Schwerpunkte:**<br>• Handlungssteuerung [c]<br>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] |
| **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**<br>**BWK**<br>• sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät kontrolliert fortbewegen, gezielt die Richtung ändern sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen [6 BWK 8.1]<br>• grundlegende, gerätspezifische Anforderungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter bewegungsökonomischen oder gestalterischen Aspekten sicherheitsbewusst bewältigen [6 BWK 8.2] | **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**<br>**SK**<br>• grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1]<br>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]<br>**MK**<br>• Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]<br>**UK**<br>• einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1] |