

Übersicht über die Themen der Unterrichtsvorhaben in den Jg. 5/6

Anzahl der Stunden im Schuljahr: Jg 120 Std, Jg 6 160 Std.

	Bewegungsfelder/ Sportbereiche	Jg. 5 Themen UV/ Anzahl der Stunden	Jg. 6 Themen UV/ Anzahl der Stunden	Anzahl Std.
1	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	<p>UV 1, „Vorbereitung mit Plan“ – Kennenlernen der grundlegenden Bestandteile von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen als gezielte Maßnahme zur Verletzungsprophylaxe (Anzahl der Stunden 4)</p> <p>UV2 „Ausdauer macht Spaß!“ – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben (4 Std.)</p>	<p>UV12 „Fit und leistungsstark“ – In einer selbst gewählten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung der Reaktionen des eigenen Körpers ausdauernd schwimmen können (6 Std.)</p>	
2	2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	<p>UV3, „Wir entwickeln ein neues Spiel“ – Ein eigenes Spiel ausgehend von bekannten Spielideen und vereinfachten Regelstrukturen entwickeln und hinsichtlich ausgewählter Aspekte bewerten (8 Std.)</p> <p>UV4, „Spielen fürs Köpfchen“ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („Games for brains“) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit erproben (6 Std.)</p>	<p>UV13 „Gemeinsam und kooperativ“ – Unterschiedliche Spiele und Spielideen unter besonderer Berücksichtigung der gruppenübergreifenden Kooperation durchführen (Tchoukball, Spikeball, Korfball) (16 Std.)</p>	

3	3. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	<p>UV5 „Rennen, Hüpfen, Werfen“ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren (12 Std.)</p> <p>UV6 „Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf“ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben (12 Std)</p>	<p>UV14 „Abgerechnet wird zum Schluss“ – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch (12 Std.)</p>	
4	4. Bewegen im Wasser – Schwimmen	Wird in Klasse 6 unterrichtet	<p>UV15 „Qualle, Delphin, Wal und Flusspferd“ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen</p> <p>UV16 „Wasserspringen ohne Angst und Übermut!“ – Beim vielfältigen Springen mit Angst umgehen und seine Grenzen ausloten</p> <p>UV17 „Daumen – Greifen – Ziehen – Drücken! Und Drehen! Und Atmen!“ – Beim Erlernen des Kraulschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen (32 Std.)</p>	
5	Bewegen an Geräten – Turnen „Daumen – Greifen – Ziehen – Drücken! Und Drehen! Und Atmen!“ – Beim Erlernen des Kraulschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen	<p>UV 7 „Spannungsgeladene Ninja Warriors“ – Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Geräte- und Abenteuerstationen und -parcours nutzen (6 Std.)</p> <p>UV8 „Rolle, Handstand, ... und was geht noch?“ Grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten</p>	<p>UV18 Springen an verschiedenen Geräten (Kasten, Bock, Hockwende, Hocke) (12 Std.)</p> <p>UV19 Power in der Luft! – kleine und große Sprünge am kleinen Trampolin sachgerecht und situationsbezogen mit Sicherheits- und Hilfestellung turnen (6 Std.)</p>	

		am Boden für die Gestaltung einer Bewegungsverbinding nutzen (10 Std.)		
6	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	UV9 Rhythmusschulung in Kombination mit Gegenständen erfahren (8 Std.)	UV20 Musik und Rhythmus kennenlernen und eine kleine Choreographie gestalten (12 Std.)	
7	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	UV10 „ <i>Der Ball ist mein Freund</i> “ – Sportspielübergreifende Basiskompetenzen aus der in vielfältigen Spiel- und Übungsformen unter Berücksichtigung der individuellen Bewegungsqualität vertiefen (24 Std.)	UV21 <i>Dribbeln, passen, stoppen, werfen in den g mit dem Schwerpunkt Basketball.</i> Einfache Spielsituationen durch taktisch angemessenes und regelgerechtes Verhalten bewältigen. (24 Std)	
8	Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootsport/ Wintersport	Aufgrund der Hallensituation und Ausstattung wird dieser Bereich an Wandertagen und den Projekttagen der Jahrgangsstufe 7 realisiert	Siehe Klasse 5	

9	Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	UV11 „Vielfältig und fair“ – Allein und in Gruppen um Räume, Gegenstände und Ausgangssituationen regelgerecht kämpfen (8 Std.)		
---	--	--	--	--