

2 Stoffverteilungsplan

Übersicht Jahrgangsstufe 5 – Obligatorik: ca. 88 Stunden (für Sportklassen ca. 116 Std.)

UV 1	Sich zusammen anstrengen und Spaß haben – Bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele spielen als Anlass für die Beobachtung und Reflexion von Belastungssituationen	ca. Std. 6
SuS können	ihre Leistungsfähigkeit (z. B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungs-voraussetzungen in ausgewählten sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen und grundlegend beschreiben. (BWK)	
UV 2	Systematisch und strukturiert spielen lernen - grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeit in Kleinen Spielen anwenden / Spielen in und mit Regelstrukturen	ca. Std. 16
SuS können	grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in Kleinen Spielen situationsgerecht anwenden. (BWK) einfache Bewegungsspiele, Spiele im Gelände, sowie Pausenspiele fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Gelingensbedingungen des Spiels benennen. (BWK) einfache Spiele unter unterschiedlichen Rahmenbedingungen (z. B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, durchführen und verändern. (MK) das eigene Spielverhalten an Hand vorgegebener Kriterien (z.B. Einhaltung von Spielregeln, Sicherheitsaspekte) beurteilen. (UK)	
UV 3	Laufen, Hüpfen und Springen - einfache technisch- koordinative Grundformen in ästhetisch-gestalterischen Aufgabenstellungen anwenden sowie in Kombination mit ausgewählten Handgeräten nutzen	ca. Std. 10
SuS können	Technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät (z.B. Ball, Reifen, Seil) bzw. mit Klang- und Rhythmusinstrumenten ausführen und grundlegend beschreiben. (BWK) grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung, Synchronität von Körper/ Musik und Partner) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (z. B. Gymnastik, Tanz, Pantomime) allein oder in der Gruppe in Ansätzen anwenden. (BWK) durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen. (MK) einfache ästhetisch- gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z. B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen) entwickeln und präsentieren. (MK) einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten. (UK)	
UV 4	Balancieren Stützen, Rollen und Co. – grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten spielerisch erfahren und in einer Gerätelandschaft erproben	ca. Std. 10
SuS können	eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten. (BWK) technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z. B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben. (BWK) Geräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen. (MK) grundlegende Aspekte sicherheitsgerechten Verhaltens und des Helfens und Sicherns beschreiben und im Unterrichtsprozess einhalten sowie einfache Helferhandlungen ausführen. (MK) Geräteaufbauten und turnerische Übungssituationen unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen. (UK)	

UV 5	<u>Nur für die Sportklassen ab 2. Schulhalbjahr</u> Kunststücke im Wasser – grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen	ca. Std. 8
SuS können	das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern. (BWK) einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten. (MK)	
UV 5.1	<u>Nur für die Sportklassen ab 2. Schulhalbjahr</u> "Hin und Her ohne Pause und Verschlucken" – Richtig atmen beim Freistilschwimmen vom Start bis zur Wende	ca. Std. 8
SuS können	in einer Schwimmtechnik ohne Unterbrechung einschließlich Startsprung 25m schwimmen (BWK) eine Schwimmtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und einfacher Form der Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen. (BWK)	
UV 5.2	<u>Nur für die Sportklassen ab 2. Schulhalbjahr</u> Wasserspringen ohne Angst und Übermut! – durch vielfältige Sprünge seine Grenzen ausloten	ca. Std. 8
SuS können	das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern. (BWK) das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u.a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen. (BWK) einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten. (MK) eigen Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen. (UK)	
UV 6	Akrobatik-Elemente ausprobieren, lernen, zusammenstellen und präsentieren (Zweier- und Dreierpyramiden sind das Ziel)	ca. Std. 12
SuS können	technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät (z.B. Ball, Reifen, Seil) bzw. mit Klang und Rhythmusinstrumenten ausführen und grundlegend beschreiben. (BWK) grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u.a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung, Synchronität von Körper / Musik und Partner) wahrnehmen und Bewegungsgestaltungen (z.B. Gymnastik, Tanz) allein oder in der Gruppe in Ansätzen anwenden. (BWK) einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z.B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen) entwickeln und präsentieren. (MK) einfach ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten. (UK)	
UV 7	Ich kann im Team mit- und gegeneinander spielen! – einfache Aufgaben in Mannschaftsspielen (hier: Fußball) taktisch sicher und regelgeleitet bewältigen	ca. Std. 16
SuS können	in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in Grobform anwenden und benennen. (BWK) sich in Spielsituationen gegenüber Mitspieler/innen und Gegner/innen fair verhalten und mannschaftsdienlich spielen. (BWK) sich in einfachen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten (BWK) ein großes Mannschaftsspiel in vereinfachter Form fair mit- und gegeneinander spielen. (BWK) spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden. (MK) einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und umsetzen. (MK) grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktionen benennen (MK)	

UV 8	Große Sprünge machen – Springen in seiner Vielfalt anwenden	ca. Std. 6
SuS können	<p>grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden. (BWK)</p> <p>leichtathletische Disziplinen (u. a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigniveau individuell oder teamorientiert ausführen. (BWK)</p> <p>leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen und grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden. (MK)</p> <p>die eigene leichtathletische Leistung auf der Grundlage verabredeter Kriterien einschätzen und bewerten. (UK)</p>	
UV 9	Weitwerfen...gar nicht so schwer – wie weites Werfen gelingen kann	ca. Std. 6
SuS können	<p>grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden. (BWK)</p> <p>leichtathletische Disziplinen (u. a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigniveau individuell oder teamorientiert ausführen. (BWK)</p> <p>leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen und grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden. (MK)</p> <p>die eigene leichtathletische Leistung auf der Grundlage verabredeter Kriterien einschätzen und bewerten. (UK)</p>	
UV 10	Fußball, unser Lieblingsspiel – Trainieren für den EBS-Cup	ca. Std. 6
SuS können	<p>Konflikte mit Mit- und Gegenspielern in Spielsituationen selbstständig lösen. (BWK)</p> <p>das ausgewählte große Sportspiel fair, mannschaftsdienlich und regelgerecht spielen. (BWK)</p> <p>Mannschaftsspiel organisieren, und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen. (MK)</p>	