

Bewegungsfeld 8 – Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/ Wintersport

Unterrichtsvorhaben	Stunden	Kompetenzen (Bewegung und Wahrnehmung/ Methoden/ Urteil)	Inhaltliche Schwerpunkte / PP	Kriterien Leistungsbewertung
Jahrgangübergreifend 5- 10 (das Thema Skaten/ Inlineskating wird lediglich im Rahmen von Projekten aufgegriffen)				
<p>UV 1: „SuS erlernen die Grundfertigkeiten des Schlittschuhlaufens“:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gleiten auf dem Eis (Partner- und Gruppenspiele) - Vorwärtslaufen (Anhalten/ Bremsen, Richtungsänderungen, Antriebsvarianten) - einen Parcours bewältigen - Vorwärtsübersetzen - Rückwärtsfahren 	<p>min. 3 x 4 Std.</p>	<p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät sicher fortbewegen, sowie die Fahrtrichtung ändern, ausweichen und bremsen. Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen. - Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen. - technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheitsgerecht und Gelände angepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben sowie Möglichkeiten der Bewegungshilfe und -sicherung erläutern. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten. - Gefahrensituationen in ausgewählten Lern- und Übungsprozessen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen erkennen, 	<p>A/C/F</p>	<p>„Bewegungskönnen“:</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Rollerlaufen“ auf einem Bein - mit Gleitphase auf beiden Kufenkanten (rechtes und linkes Bein) • „Kettenlaufen/Eierschneiden“ vorwärts – beidbeinig durch Knie auseinander- und zusammenführen vorwärts bewegen (innere und äußere Kufenkante abwechselnd mehr belasten) • „Kettenlaufen/Eierschneiden“ rückwärts • Tunneldurchfahrt – durch in die Hocke gehen unter gefassten Händen von Paaren die hintereinanderstehen durchfahren • anlaufen – in die Hocke gehen – sich hinsetzen – über Eis rutschen- aufstehen (vorwärts über die Knie) • bremsen im Schneepflug (beidbeinig) und mit einem ausgestellten Bein • Hockey-Stopp für Fortgeschrittene • Vorwärts übersetzen <p>„Wissen“</p>

		<p>benennen und vereinbarte Sicherheits- und Organisationsmaßnahmen einhalten.</p> <ul style="list-style-type: none"> - beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z.B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen, Ruderkommandos, Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gefahrenmomente beim Gleiten oder Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen. - die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen. 		<ul style="list-style-type: none"> • Sicherheitsgerechtes Verhalten beim Eislaufen • Beachtung der vorgeschriebenen Ausrüstung • Grundlegende Einsatz der Kufenkanten • Helfen und Sichern eines Partners beim Üben <p>„Begleitende Prozesse“</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fremdbeobachtung • Selbstbeobachtung • Einlassen auf Aufgabenstellung • Beteiligung an Unterrichtsgespräch
Jahrgang 5- 6				
UV 2: „Auf der Rolle“ – SuS erleben das Anfahren, Fahren, Richtungswechsel, Bremsen und Drehen auf dem Rollbrett und können ihre Erfahrungen auf kleine Zieh-, Schiebe- und Transportspiele übertragen!	6	<p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - komplexere Bewegungsabläufe des ausgewählten Schwerpunktes beim Gleiten oder Fahren oder Rollen kontrollieren und eine vorgegebene Strecke/Parcours schnell oder ausdauernd bewältigen. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten. - Gefahrensituationen in ausgewählten Lern- und Übungsprozessen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen erkennen, benennen und vereinbarte Sicherheits- und Organisationsmaßnahmen einhalten. 	A/C (a1-3; c1-3)	<ul style="list-style-type: none"> • vorwärts, rückwärts, seitlich fahren, kombinierte Fahrtrichtungen (Slalom), Drehungen • Fahrpositionen – Kniestand, Bauchlage, Bankstellung, Schneidersitz, Hocksitz • Bremsen aus verschiedenen Fahrpositionen und Bewegungsrichtungen • Fahren durch Ziehen und Schieben des Partners • individuelles Fahren durch eigenen Bewegungsimpuls (Hände/Füße) • transportieren von Gegenständen (halten, blasen (z.B. TT-Ball), schieben, rollen) • umsetzen von Bewegungsanweisungen • mit einem Partner oder in der Gruppe arbeiten

		<p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gefahrenmomente beim Gleiten oder Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen. 		<ul style="list-style-type: none"> • Sicherheitsregeln kennen, beachten und ausführen • Selbstständigkeit • Entwickeln von Staffelspielen in Kleingruppen
<p>UV 3: <i>Das Rollbrett als Spiel- und Showelement – SuS entwickeln einfache Spiele mit Zusatzgeräten und können kriterien- und technikgeleitet eine eigene Bewegungschoreographie mit Rollbrett entwickeln (z.B. „Fallschirmspringer“; „Starlight-Express“)</i></p>	<p>6</p>	<p>BWK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen. - technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheitsgerecht und Gelände angepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben sowie Möglichkeiten der Bewegungshilfe und -sicherung erläutern. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen. 	<p>B/ A (b1-3; a1)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Rollbretter zu Fahrzeugen verwandeln (kl. Kasten, großer Kastendeckel, Langbank...) und zu mehreren damit fahren • sich an etwas entlanghangeln (Seile, Bankgasse, Reckstange, Schwebebalken....) mit und ohne Hindernisse • mit einem Partner oder in der Gruppe arbeiten • Sicherheitsregeln kennen, beachten und ausführen • Selbstständigkeit • „Wasserballspiel“ auf Rollbrettern mit Softball • darstellerische Ausdrucksformen (z.B. verlangsamten, beschleunigen, rhythmisieren, anpassen an einen oder mehrere Partner) kennen lernen • choreographisch eine „Bewegungsanregung“ in einer Gruppe unter festgelegten Kriterien (z.B. –Anfang, Entwicklung einer Geschichte, Raum-, Formations-, Dynamikgestaltung, Ende) gestalten • Feedback kriteriengeleitet geben • Kritik annehmen und zur Weiterarbeit nutzen