

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
Thema des UV: „Ausdauer macht Spaß!“ – In spielerischen Belastungssituationen körperliche Reaktionen kennenlernen und beschreiben		
BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: d – Leistung f – Gesundheit	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> aerobe Ausdauerfähigkeit 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min), beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrations-fähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [d2] psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [d3] MK <ul style="list-style-type: none"> einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [d1] Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [f1] UK <ul style="list-style-type: none"> körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [f1] 	
Weitere Vereinbarungen: Deutsches Sportabzeichen	Medien / Europabezug: MKR 1.2	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 2.1
Thema des UV: „Der Ball ist mein Freund“ – Sportspielübergreifende Basiskompetenzen unter Berücksichtigung der individuellen Bewegungsqualität festigen und vertiefen		
BF/SB 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> • Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten 	Inhaltlicher Schwerpunkt: <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden • sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [a2] MK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [a2] UK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [a1] 	
Weitere Vereinbarungen: Sporttag Völkerball	Medien / Europabezug: MKR 2.1	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.1
Thema des UV: „Laufen, Springen, Werfen“ – Grundlegende leichtathletische Bewegungsformen in ihrer Vielfalt erleben und erfahren		
BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none">• grundlegendes leichtathletisches Bewegen• traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none">• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none">• grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none">• unterschiedliche Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [a1] MK <ul style="list-style-type: none">• einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [a2] UK <ul style="list-style-type: none">• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [a1]	
Weitere Vereinbarungen: Deutsches Sportabzeichen	<ul style="list-style-type: none">• Medien / Europabezug: MKR 1.1 und 1.2 / traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe aus anderen Ländern	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.2
Thema des UV: „Auf die Plätze – fertig – los!“ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben		
BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • grundlegendes leichtathletisches Bewegen • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen • leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [a1] • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [a2] MK <ul style="list-style-type: none"> • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [a1] UK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [a1] 	
Weitere Vereinbarungen: Deutsches Sportabzeichen	Medien / Europabezug: MKR 1.1 und 1.2	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 4.1
Thema des UV: „Qualle, Delphin & Co“ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen		
BF/SB 4 Bewegungen im Wasser – Schwimmen	Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen f – Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Gleiten als Basis der Schwimmtechniken • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen • in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [a1] • grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [f1] MK <ul style="list-style-type: none"> • Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [f1] UK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [a1] 	
Weitere Vereinbarungen: unterschiedliche Wassertiefen	Medien / Europabezug: -	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 4.2
Thema des UV: „Greifen – Ziehen – Drücken!“ – Beim Erlernen des Kraulschwimmens den Wasserwiderstand zum Vortrieb erfahren und nutzen		
BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen		Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen • Schwimmart Kraul einschließlich Start und Wende 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen • eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [a1] • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [a2] MK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [a2] UK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [a1] 	
Weitere Vereinbarungen: Ausdauerleistung: 15 min, beliebige Schwimmart (mind. 200m).	Medien / Europabezug: -	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 9	Nummer des UVs im BF/SB: 5.1
Thema des UV: „Körperspannung? Ja, klar!“ – Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Geräte- und Abenteuerstationen nutzen		
BF/SB 5 Bewegen an Geräten – Turnen BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfertigkeiten ausprägen		Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e – Kooperation und Konkurrenz
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • normungebundenenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen • motorische Grundfähigkeiten und Fertigkeiten: Elemente der Fitness 		Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren, Bank/Balken/Slackline, Kasten/Bock, Sprossenwand, Boulder-/Kletterwand) demonstrieren • eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen • grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden und nutzen 		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [a2] MK <ul style="list-style-type: none"> • einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [a2] • selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [e1] UK <ul style="list-style-type: none"> • sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [e1]
Weitere Vereinbarungen: -		Medien / Europabezug: MKR 1.1 und 1.2

Jahrgangsstufe 5	Dauer des UVs: 9	Nummer des UVs: 6.1
Thema des UV: „ <i>Basic Jumps mit Seil und Partner</i> “ – Grundsprünge erlernen und eine erste Choreographie gestalten		
BF/SB 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung	
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Variation von Bewegung [b] Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [b1] MK <ul style="list-style-type: none"> Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [b1] UK <ul style="list-style-type: none"> Kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [b1] 	
Weitere Vereinbarungen: Seilspringurkunde	Medien / Europabezug: MKR 1.1, 1.2 und 2.1 / Musik und tänzerische Elemente aus Ländern in Europa	

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
Thema des UV: „Wettkämpfe mit Schläger und Ball“ – Spielfähigkeit in einem Partnerspiel erwerben, Spielsituationen wahrnehmen und angemessen handeln		
BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz
Inhaltlicher Kern: <ul style="list-style-type: none"> Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis) 	Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> Handlungssteuerung [d] Interaktion im Sport [e] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [e1] Sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [e2] MK <ul style="list-style-type: none"> selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [e1] in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [e2] UK <ul style="list-style-type: none"> sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [e1] 	
Weitere Vereinbarungen: -	Medien / Europabezug: MKR 1.2	

Jahrgangsstufe: 5

Dauer des UVs: 12

Nummer des UVs im BF/SB: 7.2

Thema des UV: „Spielen nach Regeln und mit Verstand“ – Sich in Spielformen regelgerecht verhalten und taktisch angemessen agieren

BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltsfelder:

- d – Leistung**
- e – Kooperation und Konkurrenz**

Inhaltlicher Kern:

- Mannschaftsspiele (**Basketball**, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]
- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen
BWK

- sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

SK

- Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [e1]

MK

- selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [e1]
- in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [e2]

UK

- ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [d1]

Weitere Vereinbarungen: Korbball

Medien / Europabezug: MKR 2.1

Jahrgangsstufe 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 9.1
Thema des UV: „ <i>Vielfältig und fair, mit- und gegeneinander</i> “ – Allein und in Gruppen um Räume, Gegenstände und Ausgangssituationen regelgerecht kämpfen		
BF/SB 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"> • Kämpfen um Raum und Gegenstände • Kämpfen mit- und gegeneinander 	Inhaltlicher Schwerpunkt: <ul style="list-style-type: none"> • Interaktion im Sport [e] 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK <ul style="list-style-type: none"> • unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen • in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK <ul style="list-style-type: none"> • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [e1] MK <ul style="list-style-type: none"> • in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [e2] UK <ul style="list-style-type: none"> • sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [e1] 	
Weitere Vereinbarungen: Sicherheitsaspekte (Fallschule)	Medien / Europabezug: MKR 2.1 / alte Kampfsportarten bzw. Kampftechniken aus Europa	