|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Jahrgangsstufe: 7** | **Dauer des UVs: 6** | | **Nummer des UVs im BF/SB: 3.2** |
| **Thema des UV:** Sich neuen Herausforderungen stellen - Hochsprung | | | |
| **BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik** | | **Inhaltsfelder:**  **a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen**  **d - Leistung** | |
| **Inhaltliche Kerne:**   * Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) * Wählen Sie ein Element aus. | | **Inhaltliche Schwerpunkte:**   * Struktur und Funktion von Bewegungen [a] * Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] * Wählen Sie ein Element aus. | |
| **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**  **BWK**   * eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2] * Wählen Sie ein Element aus. | | **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**  **SK**   * für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale bennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] * Wählen Sie ein Element aus. * Wählen Sie ein Element aus.   **MK**   * analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] * Wählen Sie ein Element aus. * Wählen Sie ein Element aus.   **UK**   * Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1] | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Didaktische Entscheidungen** | **Methodische Entscheidungen** | **Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:** | **Leistungsbewertung:** |
| Phasierung der gewählten Technik, Zergliederungsmethode (Anlauf, Abspung, Landung)  · Grundlegende Merkmale der genannten  Disziplinen in ihrer Funktion erläutern  · Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampfregeln in den genannten Disziplinen  · Thema:Angst und Hemmungen im Hinblick auf die Überquerung der Latte  Fachbegriffe:  · Phasenmodell  · Angst | * Ausprobieren und Experimentieren Erlernen der Technik sowie Recherche über die Technik * selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) ·  Individuelle Vorbereitung auf eine Trainingsleistung (z.B. Aufwärmen) · * Wettkampfstätten sachgerecht her-richten · * Hemmungen durch Variationen der Höhe, Länge, des Anlaufs etc.   l | Gegenstände ·  Hochsprung  · Varianten der Lattenüberquerung (Flop, Schersprung, Wälzsprung,…)  **Fachbegriffe**   * Methodenkompetenz: · * Grundlegende Wettkampfregeln zu den genannten Disziplinen · * historische Entwicklung verschiedener Techniken · * Phasenmodel | unterrichtsbegleitend:  Engagement, Motivation beim Erlernen und Üben der Disziplinen ·  angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten (z.B. beim Aufwärmen) · Hilfsbereitschaft und Teamgeist  punktuell:  Techniküberprüfung  Merkmale: - Grobkoordination  - Bewegungsfluss (grundlegend)  - Bewegungsdynamik  Hochsprungwettbewerb zur Ermittlung der individuellen Leistungsfähig-keit |