|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Jahrgangsstufe: 9** | **Dauer des UVs: 10** | | **Nummer des UVs im BF/SB: 9.1 und 9.2** |
| **Thema des UV:** **Setze deine Kraft überlegt ein - Erlernte Techniken zum Fallen, Halten, Befreien und Werfen effektiv in kleinen Kämpfen anwenden und bewerten** | | | |
| **BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport** | | **Inhaltsfelder:**  **c - Wagnis und Verantwortung**  Wählen Sie ein Element aus. | |
| **Inhaltliche Kerne:**   * Kämpfen mit- und gegeneinander | | **Inhaltliche Schwerpunkte:**   * Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c] * Wählen Sie ein Element aus. * Wählen Sie ein Element aus. | |
| **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**  **BWK**   * grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Haltegriffe und Befreiungen, Falltechniken) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z.B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden [10 BWK 9.1] * in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangemessen, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2] | | **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**  **SK**   * Wählen Sie ein Element aus. * Wählen Sie ein Element aus. * Wählen Sie ein Element aus.   **MK**   * Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1] * Wählen Sie ein Element aus. * Wählen Sie ein Element aus.   **UK**   * komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1] | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Didaktische Entscheidungen** | **Methodische Entscheidungen** | **Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:** | **Leistungsbewertung:** |
| * Grundlegende Techniken zum sicheren Fallen * Grundsätze zum Halten und Fixieren am Boden und Techniken zum Befreien aus einem Haltegriff * Anwendung der Techniken in kleinen Bodenkämpfen * Beurteilungskriterien erstellen lassen für die Bewertung von kleinen Bodenkämpfen (Punkteskala/Feedback) * Regeln zur Sicherung der Chancengleichheit finden * Aufgabe eines Schiedsrichters übernehmen * Erste einfache Wurftechniken erlernen und anwenden | * Spielerische Erfahrungen sammeln in Bezug auf das Fallen, Haltetechniken und Möglichkeiten der Befreiung * Kooperationsmöglichkeiten selbstständig entwickeln * Erlernen der richtigen Techniken zum Fallen, Halten, Befreien und Werfen. * Situationsangemessenes Anwenden der erlernten Techniken in kleinen Kampfsituationen unter vereinbarten Regeln | Reflektierte Praxis:   * Entwicklung von Techniken zum Halten, Fallen, Werfen, Befreien * Auf verschiedene Partner und Situationen einstellen * Anwendung der selbstentwickelten Regeln, Techniken und Bewertungskriterien * Kämpfe um Gegenstände am Boden und im Stand   Fachbegriffe:   * Fallschule * Haltetechniken/ Befreiungstechniken * Kooperation * Stoppregel, Sicherheitsschulung * Bodenkämpfe * Wurftechniken | unterrichtsbegleitend:   * Motivation * Kooperatives Verhalten und Fairness in der Gruppe * Effektivität des eigenständigen Handelns   Beobachtungskriterien:   * Anwendung/Beachtung und Entwicklung von Regeln und Bewertungskriterien * Selbstständige Entwicklung von Lösungswegen * Richtiges Anwenden der erlernten Techniken   punktuell:  Turnierformen/ Wettkampfformen zum Bodenkampf, Wettkämpfe zur Kooperation  Beobachtungskriterium:   * doppeltes K.O.- System * jeder gegen jeden * Mattenkönig * Überprüfung einzelner Techniken (Haltegriffe, Fallschule, Wurftechnik) |