

Städtische Gesamtschule Gummersbach

Schulinterner Lehrplan Sport



Sekundarstufen I + II

Inhalt	Seite
Vorwort	1
1. Rechtliche Legitimation des Schulcurriculums	2
1.1. Rechtliche Grundlage für den Schulsport	3
2. Qualitätsentwicklung und Sicherung	4
3. Aufgaben und Ziele des Faches	5
4. Kompetenzbereiche, Inhaltsfelder und Kompetenzerwartungen	7
4.1 Kompetenzbereiche	8
4.2 Inhaltsfelder	11
4.3 Bewegungsfelder und Sportbereiche	12
5. Grundsätze zur Lernerfolgsüberprüfung und Leistungsbewertung	13
5.1 Grundgedanken	14
5.1.1 Leistungserwartungen und Bewertungsrahmen	14
5.1.2 Notengebung und Anforderungen	15
5.2 MEISTER-Modell – Grundgerüst der Leistungsüberprüfung	16
5.3 Versäumnisse	18
6. Sportunterricht und Inklusion	19
6.1 Überlegungen zur praktischen Umsetzung	19
6.2 Grundsätze eines inklusiven Sportunterrichts	19
6.3 Pädagogisches Ziel	20
6.4 Ausblick	20
7. Obligatorische Unterrichtsvorhaben in der Sekundarstufe I	22
7.1 Stufe 5	23
7.2 Stufe 6	25
7.3 Stufe 7	27
7.4 Stufe 8	29
7.5 Stufe 9	31
7.6 Stufe 10	33
7.7 Gesamtüberblick (1. und 2. Halbjahr)	35

8. Obligatorische Unterrichtsvorhaben in der Sekundarstufe II	37
8.1. Informationen zu den Inhalten und zur Organisation	37
8.1.1 Inhalte	37
8.1.2 Organisation	39
8.2 Unterricht	40
8.2.1 Entscheidungen zum Unterricht	40
8.2.2 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben	41
8.2.3 Einführungsphase (Stufe 11)	42
8.2.4 Qualifikationsphase (Stufe 12/13)	50
8.3 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit	79
8.4 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung	81
8.5 Absprache zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung	82
9. Qualitätssicherung und Evaluation	86

Vorwort

Bewegung, Spiel und Sport sind für ein lebendiges Schulleben von zentraler Bedeutung. Aus diesem Grund ist es Aufgabe des Fachbereiches Sport vielfältige Bewegungsmöglichkeiten anzubieten. Ziel dieses Angebotes ist es, unterschiedliche Bewegungserfahrungen zu ermöglichen, die den Schülerinnen und Schülern den Zugang zum Sport unter vielfältigen Perspektiven zu eröffnet.

Vor diesem Hintergrund bildet der vorliegende schulinterne Lehrplan mit seiner Obligatorik einen Rahmen für die Arbeit im Fachbereich Sport an der Städtischen Gesamtschule Gummersbach. Dieser Rahmen soll als Orientierung zur Ausgestaltung des Schulsportes an unserer Schule dienen. Hierbei gibt der Lehrplan konkrete Hinweise für die Umsetzung der in den Richtlinien und Lehrplänen des Landes NRW für die Sekundarstufe I und II an Gesamtschule vorgegebenen Obligatorik.

Die angegebenen Vorhaben sind obligatorisch, unterliegen aber auch der organisatorischen Machbarkeit. Diese ist bedingt durch vielfältige Faktoren (Sportstätten-situation bzw. -belegung, Materiallage, Wetter, aber auch Interessen der Lerngruppe und der Lehrkraft), sodass der Schulsport geprägt ist von einer erhöhten Flexibilität und Offenheit. Daher hält die Fachgruppe eine Festlegung von Unterrichtsreihen auf bestimmte Zeiträume und auch eine Festlegung auf eine bestimmte Abfolge für ungünstig bzw. nicht praktikabel.

Die im vorliegenden schulinternen Curriculum des Faches Sport formulierten Unterrichtseinheiten mit ihren spezifischen Inhalten und entsprechend zugeordneten Kompetenzen, sowie deren Anforderungs- und Beurteilungskriterien sind von der Fachkonferenz gemeinsam beschlossen und den Schüler- und Elternvertretungen vorgestellt wurden.

1. Rechtliche Legitimation des Schullehrplanes

„Die Umsetzung des Kernlehrplans liegt somit in der Gestaltungsfreiheit – und der Gestaltungspflicht – der Fachkonferenzen sowie der pädagogischen Verantwortung der Lehrerinnen und Lehrer. Schulinterne Lehrpläne konkretisieren die Kernlehrplanvorgaben und berücksichtigen dabei die konkreten Lernbedingungen in der jeweiligen Schule. Sie sind eine wichtige Voraussetzung dafür, dass die Schülerinnen und Schüler die angestrebten Kompetenzen erreichen und sich ihnen verbesserte Lebenschancen eröffnen.“¹

„Den Fachkonferenzen und Lehrkräften obliegt es, diese Vorgaben durch geeignete schulinterne Lehrpläne sowie kompetenzorientierten Unterricht an den Gesamtschulen des Landes umzusetzen.“²

Der schulinterne Lehrplan für das Fach Sport der Städtischen Gesamtschule Gummersbach Sekundarstufe I und II bezieht sich im Wesentlichen auf die Vorgaben des

MINISTERIUMS FÜR SCHULE UND WEITERBILDUNG DES LANDES NRW

Darüber hinaus werden im Lehrplan die ausgegebenen Handreichungen berücksichtigt:

¹ Löhmann, Sylvia, Vorwort, in: Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.), Kernlehrplan für die Gesamtschule – Sekundarstufe I Sport in Nordrhein-Westfalen, Düsseldorf 2012, S. 3-4, hier S. 3.

² Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.), Kernlehrplan für die Gesamtschule – Sekundarstufe I Sport in Nordrhein-Westfalen, Düsseldorf 2012, S. 8.

1.1.Rechtliche Grundlage für den Schulsport

Als rechtliche Grundlage für den Schulsport an der Städtischen Gesamtschule Gummersbach gelten die gesetzlichen Regelungen und Richtlinien des Landes NRW:

Allgemeinen Rechtsgrundlagen:

- Schulgesetz für das Land Nordrhein-Westfalen (SchulG) (Stand: 18. 01. 2013)³
- Qualitätsentwicklung und Unterstützungsleistungen im Schulsport (Beraterinnen und Berater für den Schulsport, Ausschüsse für den Schulsport und Landesstelle für den Schulsport) 10 – 32 Nr. 60 Gem. RdErl. d. Ministeriums für Schule und Weiterbildung und des Ministeriums für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport v. 16. 5. 2012
- Sicherheitsförderung im Schulsport Gem. RdErl. d. Ministeriums für Städtebau und Wohnen, Kultur und Sport – VII.4-8244-99/2002 u. d. Ministeriums für Schule, Jugend und Kinder 722.36-32/0-183/01 v. 30. 8. 2002

Vorgaben für Schüler:

- Erlass Beurlaubung – BASS 12-52 Nr. 21
- Befreiung vom Unterricht – Bass 12-52 Nr. 31
- Freistellung im Schulsport – Bass 12-52 Nr. 32

Rechtsgrundlagen für Bewegungs-, Spiel-, und Sportangebote im Ganzttag

Sicherheitsförderung und Aufsicht - in offenen und gebundenen Ganzttagsschulen sowie in weiteren Betreuungsmaßnahmen in Schulen. (Kommentierte Zusammenstellung und Übersicht über die entsprechenden Rechtsvorschriften und Erlasse)⁴

Vorgaben für Sportlehrkräfte

- Aufsicht – Verwaltungsvorschriften zu § 57 Abs. 1 SchulGAschO; RdErl. d. Ministeriums v. 18.7.2005 (ABl. NW. S. 289)
- Dienstatfallfürsorge für Lehrkräfte; RdErl. d. Kultusministeriums v. 29. 12. 1983 (GABl. NW. 1984 S. 72)

³ Eine ausführliche Übersicht über das Schulrecht finden Sie auf den Seiten des Schulministeriums NRW <http://www.schulministerium.nrw.de/BP/Schulrecht/index.html>

⁴ http://www.schulsport-nrw.de/fileadmin/user_upload/schulsportentwicklung/pdf/sicherheit_aufsicht_erste-_hilfe.pdf

2. Qualitätsentwicklung und Sicherung

Die Fachkonferenz ist der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Faches Sport verpflichtet. Folgende Vereinbarungen werden als Grundlage einer teamorientierten Zusammenarbeit vereinbart:

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Sportunterrichts. Sie verpflichtet sich zur regelmäßigen Teilnahme an Implementationsveranstaltungen, Qualitätszirkeln für die Unterrichtsentwicklung im Fach Sport sowie an Fortbildungen im Rahmen der Unterrichtsentwicklung und Förderung des Schulsports. Koordinator für die Unterrichtsentwicklung, das Fortbildungskonzept der Fachschaft Sport sowie für die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne ist die oder der Fachkonferenzvorsitzende.

3. Aufgaben und Ziele des Faches

Auszug aus dem Kernlehrplan:

„Der Sportunterricht in der Sekundarstufe I der Gesamtschule leistet einen spezifischen Beitrag zur Erfüllung des Bildungsauftrags dieser Schulform. Er baut auf den in der Grundschule erworbenen Kompetenzen auf und ist der Entwicklung und Förderung ganzheitlicher Bildung von Kindern und Jugendlichen verpflichtet. Bei allen Kindern und Jugendlichen soll die Freude an der Bewegung sowie am individuellen und gemeinschaftlichen Sporttreiben geweckt, erhalten und vertieft werden.

Die Vielfalt der sozialen Voraussetzungen und der kulturellen Herkunft soll als bereichernd erfahren werden. Unterschiede sollen bewusst erlebt, Verschiedenheit respektiert und gemeinsames Lernen erlebt werden. Dabei wird der Heterogenität und Vielfalt in der Gestaltung von Schule und Unterricht Rechnung getragen. Die eigene Bewegung und Körperwahrnehmung sollen vielfältig in unterschiedlichen individuellen und sozialen, sport- und bewegungsbezogenen Zusammenhängen entwickelt werden. Dabei werden unterschiedliche Perspektiven und Motive sowie deren Bedeutsamkeit für Schülerinnen und Schüler berücksichtigt. Die pädagogische Leitidee für den Sportunterricht wird als Doppelauftrag formuliert:

Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport und Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur.

Dieser Doppelauftrag wird durch sechs pädagogische Perspektiven akzentuiert (s. Rahmenvorgaben für den Schulsport):

- (a) **Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern**
- (b) **Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten**
- (c) **Etwas wagen und verantworten**
- (d) **Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen**
- (e) **Kooperieren, Wettkämpfen und sich verständigen**
- (f) **Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln**

Diese sechs pädagogischen Perspektiven sind mit den Grundsätzen eines erziehenden Unterrichts in Verbindung mit den Inhaltsbereichen bzw. Bewegungsfeldern im Sportunterricht verbindlich in Unterrichtsvorhaben umzusetzen. Der Kernlehrplan Sport für die Gesamtschule geht von einer übergreifenden fachlichen Handlungskompetenz aus. Sie erschließt Schülerinnen und Schülern die Wirklichkeit von Bewegung, Spiel und Sport in unterschiedlichen individuellen und sozialen Zusammenhängen und mit unterschiedlichen Perspektiven und ermöglicht ihnen das eigene Tun und das anderer kritisch zu reflektieren und zu beurteilen. Diese Handlungskompetenz beinhaltet drei Kompetenzbereiche:

- Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz,
- Methodenkompetenz und
- Urteilskompetenz.

Der Sportunterricht ist so anzulegen, dass diese drei Kompetenzbereiche angemessen umgesetzt werden. Dabei wird sportliches Bewegungshandeln mit der Fähigkeit verknüpft, sportliche Handlungssituationen und Sachverhalte kognitiv zu erfassen und nach fachspezifischen Kriterien reflektieren und beurteilen zu können. Durch die Verknüpfung der drei Kompetenzbereiche soll es auch gelingen, Verantwortung für sich selbst und in sozialen Kontexten zu entwickeln.

Besondere Bedeutung im Schulsport der Gesamtschule kommt der Heterogenität der Schülerinnen und Schüler zu: Der Zugang zu Bewegung, Spiel und Sport ist in besonderer Weise durch unterschiedliche Geschlechterperspektiven, durch interkulturelle Unterschiede, unterschiedliche soziale und ökonomische Lebenslagen bestimmt. Aus diesem Grunde kommt der Werteerziehung und der Ächtung von Diskriminierung eine besondere Bedeutung zu.

Zudem sollen Bewegung, Spiel und Sport in der Schule über den obligatorischen Sportunterricht hinaus integrale Bestandteile von Unterricht und Schulleben sein. Der außerunterrichtliche Schulsport und der Ganztags bieten besonders an der Gesamtschule zahlreiche Möglichkeiten der Erweiterung und Akzentuierung sportlicher Angebote. Die pädagogische Wirksamkeit von Bewegung, Sport und Spiel entfaltet sich erst dann, wenn es gelingt, den außerschulischen Sport als Erprobungsfeld sportlichen Handelns im Schulleben zu verankern und ihn mit dem Sportunterricht zu verzahnen.

Der außerunterrichtliche Sport bietet Möglichkeiten und vielfältige Chancen der Anwendung erworbener Kompetenzen im Rahmen von Schule.

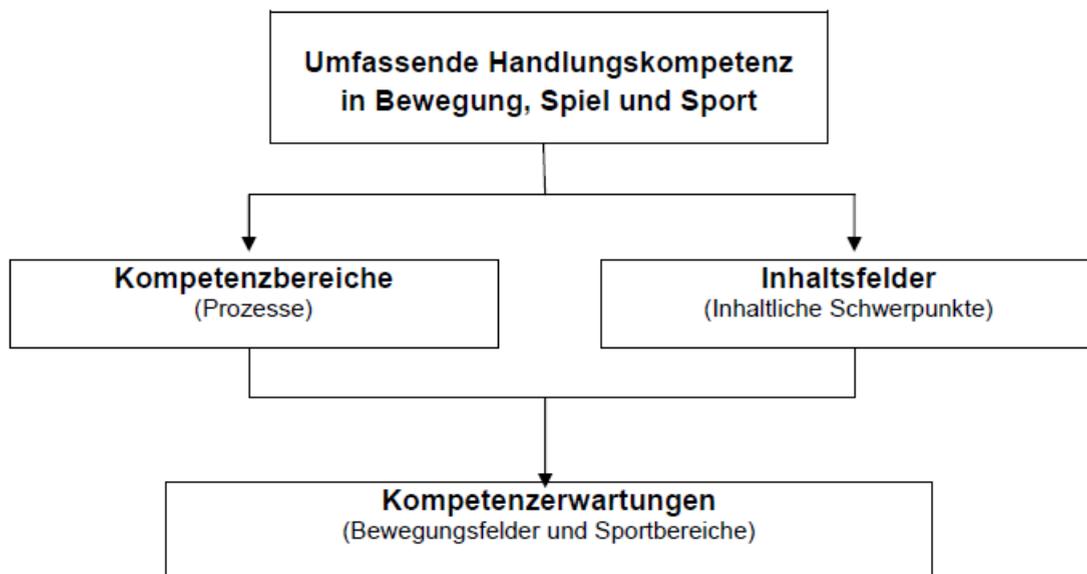
Der Erwerb einer umfassenden Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport muss mit einer fachbezogenen Sprachförderung verknüpft werden. Lernprozesse bezogen auf Fachwissen und methodische Fähigkeiten sowie auf die Beurteilung und Bewertung von bewegungs- und sportspezifischen Sachverhalten und Problemstellungen sind ebenso auch sprachlich vermittelt wie die Beschreibung sportlicher Handlungen und der kommunikative Austausch darüber. Solche sprachlichen Fähigkeiten entwickeln sich nicht zwangsläufig auf dem Sockel alltagssprachlicher Kompetenzen, sondern müssen gezielt in einem sprachsensiblen Fachunterricht angebahnt und vertieft werden.

Insbesondere diejenigen Schülerinnen und Schüler, die in ihren Familien wenig Kontakt zur schriftsprachlichen Kultur haben und/oder mit einer anderen Sprache als Deutsch aufgewachsen sind, bedürfen auch im Sportunterricht der besonderen sprachlichen Förderung und Unterstützung, weil sie sonst das unterrichtliche Lernangebot nicht erfolgreich nutzen können.“⁵

4. Kompetenzbereiche, Inhaltsfelder und Kompetenzerwartungen

Auszug aus dem Kernlehrplan:

„Die in den Aufgaben und Zielen des Faches Sport beschriebene



umfassende Handlungskompetenz in motorischen, sozialen und individuellen Bereichen wird durch die Verbindung der Kompetenzbereiche (Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz, Methodenkompetenz und Urteilskompetenz) mit den aus den Pädagogischen Perspektiven folgenden Inhaltsfeldern (inhaltliche Schwerpunkte) vermittelt.

Bei der Formulierung der Kompetenzerwartungen werden die Kompetenzbereiche und die Inhaltsfelder miteinander verknüpft.

- Kompetenzbereiche repräsentieren die Grundstrukturen des fachlichen Handelns. Sie dienen dazu, den Kompetenzerwerb zu differenzieren und zu strukturieren, um dadurch den Zugriff für die am Unterrichtsprozess Beteiligten zu verdeutlichen.
- Inhaltsfelder folgen begrifflich den pädagogischen Perspektiven. Sie strukturieren mit ihren jeweiligen übergreifenden inhaltlichen Schwerpunkten auf der Ebene oberhalb der Bewegungsfelder und Sportbereiche die verbindlichen und unverzichtbaren Unterrichtsgegenstände.

⁵ Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.), Kernlehrplan für die Gesamtschule – Sekundarstufe I Sport in Nordrhein-Westfalen, a.a.O., S. 9-11.

- Bewegungsfelder und Sportbereiche strukturieren die konkreten fachlichen Inhalte entsprechend der Rahmenvorgaben für den Schulsport.
- Kompetenzerwartungen beschreiben die fachlichen Anforderungen und die zu erwartenden Lernergebnisse. Auf der Basis der Kompetenzbereiche und durch Verknüpfung der Inhaltsfelder mit den Bewegungsfeldern und Sportbereichen werden Kompetenzerwartungen differenziert formuliert. Sie bilden damit die Obligatorik ab, die Schülerinnen und Schüler im Sportunterricht erwerben sollen. Sie
 - beziehen sich auf beobachtbares Handeln in Bewegung, Spiel und Sport und sind auf die Bewältigung von Anforderungssituationen ausgerichtet.
 - stellen im Sinne von Regelstandards die erwarteten Fertigkeiten, Fähigkeiten und Kenntnisse auf einem mittleren Anforderungsniveau dar.
 - ermöglichen die Darstellung einer Progression vom Ende der Erprobungsstufe über das Ende der Jahrgangsstufe 8 bis zum Abschluss der Sekundarstufe I.

Die zu erwartenden Kompetenzen aller Schülerinnen und Schüler sollen Ausgangspunkt für die Erweiterung der sportlichen Handlungskompetenz entsprechend der persönlichen Talente, Neigungen und Interessen der Schülerinnen und Schüler sein.”⁶

4.1 Kompetenzbereiche

Auszug aus dem Kernlehrplan:

„Die umfassende Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport wird fachlich durch die folgenden Kompetenzbereiche strukturiert, die die zu erreichenden Kompetenzen bei den Schülerinnen und Schülern handlungs- und prozessbezogen bündeln:

- Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz
- Methodenkompetenz
- Urteilskompetenz

Dabei bildet die Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz den fachlichen Kern der Kompetenzentwicklung und jeweils den Ausgangspunkt für die Entfaltung der Methoden- und Urteilskompetenz.

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz bildet die Basis einer umfassenden Handlungsfähigkeit in Bewegung, Spiel und Sport. Bewegung und Wahrnehmung sind wechselseitig aufeinander bezogen, da sportliches

⁶ ebd. S. 12 - 13

Bewegungshandeln neben den sichtbaren motorischen Komponenten immer auch Elemente der Selbstwahrnehmung und der Umgebungs- bzw. Außenwahrnehmung impliziert. Erst die Wahrnehmungskompetenz ermöglicht es, in sportlichen Handlungssituationen angemessene Bewegungsentscheidungen zu treffen. Darüber hinaus umfasst die Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz auch die dem sportlichen Handeln immanenten kognitiven, emotional-psychischen, geschlechterbezogenen und sozialen Komponenten.

Zur Ausbildung der gewünschten Bewegungskompetenz gehören physisch-technische, taktische und ästhetische Fähigkeiten und Fertigkeiten. Der Aufbau der Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz im Sportunterricht geht einher mit dem kontinuierlichen Erwerb und der Anwendung systematischen grundlegenden Wissens. Für die Realisierung des eigenen sportlichen Handelns und für sportliches Handeln im sozialen Kontext ist es unverzichtbar, über sporttheoretisches Hintergrundwissen sowie Fach- und Sachkenntnisse bezogen auf unterschiedliche Sinngestaltungen des Sporttreibens zu verfügen und mit diesem Wissen situationsangemessen umgehen zu können.

Übergreifende Kompetenzerwartungen

Die Schülerinnen und Schüler können

- auf der Grundlage körperlich-sinnlicher Wahrnehmungen und Bewegungserfahrungen Handlungsentscheidungen treffen sowie diese in den jeweiligen Bewegungsfeldern und Sportbereichen anwenden und erläutern,
- Gestaltungs- und Ausdrucksmöglichkeiten sinn- und situationsangemessen entwickeln bzw. gezielt verändern sowie normierte Bewegungsabläufe individuell funktionsgerecht gestalten,
- eigene Emotionen und Emotionen anderer auch in sportlichen Risiko- und Wagnissituationen identifizieren und erläutern sowie ihr sportliches Handeln reflektiert steuern,
- die eigenen sportspezifischen psycho-physischen, technisch-koordinativen und taktisch-kognitiven Leistungen wahrnehmen, einschätzen und gezielt individuell verbessern,
- vielfältige sportliche Spiel- und Handlungssituationen unter Berücksichtigung der Umgebung des Raumes mit- und gegeneinander, allein und in der Gruppe organisieren, anwenden sowie situativ anpassen,
- sportliches Handeln unter Berücksichtigung von Aspekten wie psychischer, physischer, sozialer und gesundheitlicher Auswirkungen für sich und andere wahrnehmen und reflektieren sowie in unterschiedlichen sportlichen Kontexten und Sinngestaltungen anpassen.

Methodenkompetenz

Die Methodenkompetenz wird entwickelt durch den Erwerb grundlegender Verfahren, um sportbezogene Informationen und relevantes Fachwissen zu beschaffen, zu strukturieren und anzuwenden. Diese Verfahrenskennnisse und spezifischen Informationen dienen dazu, sich selbstständig und strukturiert mit sportlichen Handlungssituationen auseinander zu setzen, eigenverantwortlich

angemessene Bewegungslösungen zu finden sowie sportliche Handlungspläne zu entwerfen.

Die Methodenkompetenz umfasst neben methodisch-strategischen Verfahren auch die Fähigkeit zur sachgerechten Anwendung sozial-kommunikativer Formen.

Übergreifende Kompetenzerwartungen

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende methodische Verfahren in Bewegungs-, Spiel- und Sportsituationen zielgerichtet anwenden, erläutern und sachgerecht nutzen,
- grundlegende sozial-kommunikative Verfahren in Bewegungs-, Spiel- und Sportsituationen zielgerichtet anwenden und erläutern.

Urteilskompetenz

Die Urteilskompetenz ist eng verknüpft mit den anderen beiden Kompetenzbereichen. Sie umfasst die kritische Auseinandersetzung mit dem erarbeiteten fachlichen und methodischen Hintergrundwissen und der erlebten sportlichen Wirklichkeit, indem das selbstständige, auf Kriterien gestützte begründete Beurteilen im Mittelpunkt steht. Dies führt zu einem Abwägungsprozess und einem reflektierten Umgang im sozialen Miteinander und in eigenen sportpraktischen Situationen.

Argumentativ schlüssiges Abwägen und Beurteilen im Fach Sport stützt sich damit sowohl auf sportpraktische Erfahrungen als auch auf fachliche und methodische Kenntnisse. Das Einordnen von Lernerfahrungen im Zusammenhang mit verschiedenen Sinnrichtungen und Motiven befähigt zum reflektierten eigenen sportlichen Handeln und hilft bei der kritischen Auseinandersetzung mit den verschiedenen Ausprägungen der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur.

Übergreifende Kompetenzerwartungen

Die Schülerinnen und Schüler können

- sportliches Handeln in technischen, konditionellen, taktischen und gestalterischen Bereichen grundlegend beurteilen,
- grundlegende Sachverhalte und Rahmenbedingungen des eigenen sportlichen Handelns und des sportlichen Handelns im sozialen Kontext einschätzen und bewerten,
- verschiedene Sinnrichtungen und Motive beim Sporttreiben reflektieren und auch bezogen auf das eigene sportliche Handeln beurteilen.“⁷

⁷ ebd., S. 13-15.

4.2 Inhaltsfelder

Auszug aus dem Kernlehrplan:

„Die obligatorischen sechs Inhaltsfelder, die den pädagogischen Perspektiven folgen, markieren bewegungsfeld- und sportbereichsübergreifende inhaltliche Schwerpunkte. Sie umfassen immer auch fachliche Sinngestaltungen. Durch die Inhaltsfelder werden die zentralen Unterrichtsgegenstände strukturiert und festgelegt. Sie sind in enger Anbindung an das Bewegungshandeln durch reflektierte Praxis im Sportunterricht zu vermitteln und werden in den Kompetenzerwartungen (...) differenziert aufgegriffen (...).“⁸

	Inhaltsfelder	Inhaltliche Schwerpunkte
a	Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung	<ul style="list-style-type: none"> - Wahrnehmung und Körpererfahrung - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
b	Bewegungsgestaltung	<ul style="list-style-type: none"> - Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) - Variationen von Bewegung (u. a. räumlich, zeitlich, dynamisch) - Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte.
c	Wagnis und Verantwortung	<ul style="list-style-type: none"> - Emotionen (u. a. Freude, Frustration, Angst) - Handlungssteuerung (u. a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)
d	Leistung	<ul style="list-style-type: none"> - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) - Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) - Differenziertes Leistungsverständnis (z. B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)
e	Kooperation und Konkurrenz	<ul style="list-style-type: none"> - Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) - soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen und Mannschaftsbildungsprozessen - (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen - Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u. a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)
f	Gesundheit	<ul style="list-style-type: none"> - Unfall- und Verletzungsprophylaxe - grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens - Unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive

Quelle: Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.), Kernlehrplan für die Gesamtschule – Sekundarstufe I Sport in Nordrhein-Westfalen, Düsseldorf 2012, S. 16.

⁸ ebd., S. 15

4.3 Bewegungsfelder und Sportbereiche

Auszug aus dem Kernlehrplan:

„In diesem Kapitel werden auf der Basis der Rahmenvorgaben für den Schulsport die für die Sekundarstufe der Gesamtschule verbindlichen inhaltlichen Kerne in den einzelnen Bewegungsfeldern und Sportbereichen vorgegeben. (...)“⁹

	Bewegungsfelder und Sportbereiche	Inhaltliche Kerne
1	Den Körper wahrnehmen Und Bewegungsfähigkeiten Ausprägen	<ul style="list-style-type: none"> - Aufwärmen - Funktionsgymnastik und Haltungsaufbau - Fitness- und Konditionstraining - Entspannungstechniken
2	Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	<ul style="list-style-type: none"> - Kleine Spiele und Pausenspiele, - Kooperative Spiele - Spiele aus anderen Kulturen - Spiele im Gelände und in unterschiedlichen Umgebungsräumen
3	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	<ul style="list-style-type: none"> - grundlegende leichtathletische Disziplinen - Formen ausdauernden Laufens - leichtathletische Wettkämpfe
4	Bewegen im Wasser – Schwimmen	<ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Schwimmtechniken einschließlich Start und Wende - ausdauerndes Schwimmen - Tauchen, Springen und Rettungsschwimmen
5	Bewegen an Geräten – Turnen	<ul style="list-style-type: none"> - Turnen an Geräten - Turnen an Gerätebahnen oder – kombinationen - Akrobatik
6	Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	<ul style="list-style-type: none"> - Gymnastik mit und ohne Handgerät sowie mit anderen Materialien bzw. Objekten - Tanzen in unterschiedlichen Erscheinungsformen - Bewegungskünste
7	Spielen in und mit Regestrukturen – Sportspiele	<ul style="list-style-type: none"> - Mannschaftsspiele - Partnerspiele
8	Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootsport/ Wintersport	<ul style="list-style-type: none"> - Fortbewegung auf Rädern und Rollen oder Gleiten auf dem Wasser oder Gleiten auf Schnee und Eis
9	Ringern und Kämpfen – Zweikampfsport	<ul style="list-style-type: none"> - Normungebundene Kampfformen und grundlegende normgebundene Zweikampfformen (Hinweis: Kampfsportarten, deren Handlungsziel es ist, den Beteiligten Schmerzen zuzufügen oder sie gar zu verletzen, widersprechen dem pädagogischen Auftrag und stellen keine Schulsportarten dar.)

Quelle: Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.), Kernlehrplan für die Gesamtschule – Sekundarstufe I Sport in Nordrhein-Westfalen, Düsseldorf 2012, S. 17

⁹ ebd., S. 15

Kompetenzbereiche, Inhaltsfelder und Kompetenzerwartungen



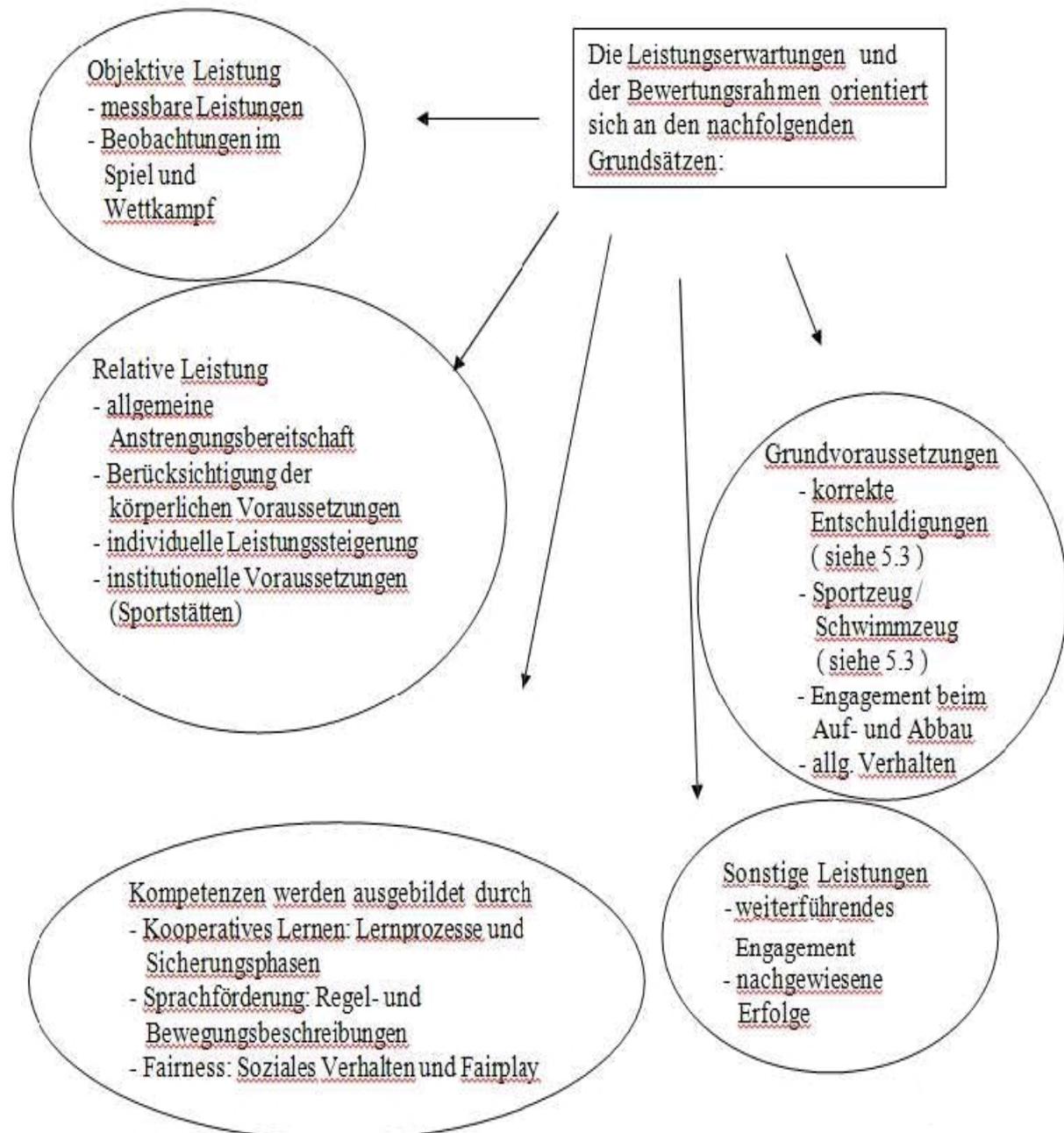
5. Grundsätze zur Lernerfolgsüberprüfung und Leistungsbewertung

„Die rechtlich verbindlichen Grundsätze der Leistungsbewertung sind im Schulgesetz (§ 48 SchulG NRW) sowie in der Ausbildungs- und Prüfungsordnung für die Sekundarstufe I (§ 6 APO - SI) dargestellt. Da im Pflichtunterricht des Faches Sport in der Sekundarstufe I keine Klassenarbeiten vorgesehen sind, erfolgt die Leistungsbewertung ausschließlich im Beurteilungsbereich *Sonstige Leistungen im Unterricht*. Die Leistungsbewertung bezieht sich insgesamt auf die im unterrichtlichen Zusammenhang erworbenen Kompetenzen in allen Kompetenzbereichen und berücksichtigt unterschiedliche Formen der Lernerfolgsüberprüfung. Unter der Zielperspektive einer umfassenden Handlungskompetenz orientieren sich dabei auch die Lernerfolgskontrolle, Beurteilung und Notengebung an den Pädagogischen Perspektiven und den Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts“¹⁰

¹⁰ Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.), Kernlehrplan für die Gesamtschule – Sekundarstufe I Sport in NRW, a.a.O., S. 34.

5.1 Grundgedanken

5.1.1 Leistungserwartungen und Bewertungsrahmen



5.1.2 Notengebung und Anforderungen

Bereiche der Notengebung	Typische Anforderungen
Sozialkompetenz	<ol style="list-style-type: none"> 1. Helfe ich bei Auf- und Abbau? 2. Zeige ich Teamgeist? 3. Verhalte ich mich fair? 4. Nehme ich Hilfe an? 5. Gebe ich Hilfestellung? 6. Arbeite ich produktiv in Gruppen?
"Ich"-Kompetenz	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bin ich zuverlässig? 2. Probiere ich Neues aus? 3. Übe ich konzentriert? 4. Strenge ich mich an? 5. Erkenne ich eigene Schwächen und zeige Lernzuwachs? 6. Wirke ich selbständig mit? 7. Arbeite ich verantwortungsvoll? 8. Beteilige ich mich in kommunikativen Phasen?
Sportmotorische Kompetenz	<ol style="list-style-type: none"> 1. Beherrsche ich den Bewegungs- und Lernbereich? 2. Zeige ich die notwendigen konditionellen/technischen /taktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten?

5.2 Das “MEISTER-Modell” – ein Beispiel der Leistungsüberprüfung

Die Fachkonferenz Sport der Städtischen Gesamtschule Gummersbach hat sich aufbauend auf die obengenannten verbindlichen Grundsätze der Leistungsbewertung im Schulgesetz auf ein Grundgerüst der Leistungsüberprüfung geeinigt, welches zunächst einmal prinzipiell für alle Jahrgangsstufen anzuwenden ist. Es handelt sich dabei um das sogenannte **MEISTER-Modell**.

Die einzelnen Buchstaben des Terminus MEISTER stehen für die Anfangsbuchstaben unterschiedlicher Anforderungsbereiche, die in der Summe für die Schüler unserer Schule ein transparentes, leicht verständliches und unkompliziertes Bewertungsraster darstellen soll. Diese Anforderungsbereiche drücken die von den Richtlinien und Lehrplänen für Gesamtschule in NRW verbindlichen Bewertungskriterien in komprimierter Form aus.¹¹ Dabei werden neben den sportmotorischen Leistungen ebenso die weiteren fachlichen Leistungen berücksichtigt. Bei der Leistungsbeurteilung werden sowohl punktuelle Überprüfungsformen, bei denen zum Abschluss einer Reihe für alle Schüler die gleichen Anforderungen gestellt werden, als auch unterrichtsbegleitende Lernerfolgsüberprüfungen, wobei der Unterrichtsverlauf in den Mittelpunkt der Bewertung rückt, gleichermaßen berücksichtigt¹².

¹¹ Vgl. Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein

in-Westfalen (Hrsg.), Kernlehrplan für die Gesamtschule – Sekundarstufe I Sport in Nordrhein-Westfalen, a.a.O., S. 35.

¹² vgl. ebd. S. 34.

Unterrichtsbegleitende und punktuelle Leistungsbewertungen

- Punktuelle Leistungsbewertungen ergeben sich i.d.R. nach Übungs- oder Trainingsphasen (z.B. in Form eines leichtathletischen Wettkampfes), Gestaltungsprozessen und durch besondere Unterrichtsbeiträge (z.B. Leitung des Aufwärmens oder Kurzreferat). Es ist von der Lehrkraft darauf zu achten, dass mehrere Termine angeboten werden, um möglichst allen Schülern die Möglichkeit der Erbringung der geforderten Leistung einzuräumen.
- Unterrichtsbegleitende Leistungsbewertungen erfolgen in Form von längerfristigen Beobachtungen. Insbesondere eine Beurteilung der sozialen Kompetenz kann während des Unterrichtsverlaufs sehr viel deutlicher zum Ausdruck kommen als in punktuellen Überprüfungsformen.

Das MEISTER-Modell im Kurzüberblick:

Die Schüler unserer Schule werden zu Beginn eines jeden Schuljahres über dieses Bewertungsmodell informiert, sodass für alle Beteiligten ein möglichst transparentes

M	• motorische Leistungsfähigkeit
E	• Einsatzbereitschaft
I	• individuelle Leistungsverbesserung
S	• Sozialverhalten
T	• theoretische Leistungen
E	• Einhalten von Regeln
R	“Restliche Leistungen“

Bild zur Notenbildung entsteht. Zu Beginn einer jeden Unterrichtseinheit wird seitens der Lehrkraft offengelegt, was genau am Ende der Reihe überprüft wird, sodass von Beginn an ein transparentes und zielgerichtetes Arbeiten ermöglicht wird.

Da die Unterrichtsvorhaben der jeweiligen Klassenstufen aufeinander aufbauen, werden die Anforderungen insgesamt zunehmend komplexer und anspruchsvoller.

5.3 Versäumnisse

Wie oben bereits genannt, sollte den Schülern die Möglichkeit gegeben werden, eine im Krankheitsfall versäumte geforderte Leistung zu erbringen. Dies setzt jedoch voraus, dass die Fehlzeit hinreichend entschuldigt ist. So dürfen die Erziehungsberechtigten ihre Kinder für eine Schulwoche entschuldigen. In der darauffolgenden Woche muss ein ärztliches Attest vorgelegt werden.

Eine unentschuldigte Nichtteilnahme an einer Leistungsüberprüfung wird mit einer nicht ausreichenden Note berücksichtigt. Gleiches kommt im Zusammenhang mit der Nichtteilnahme aufgrund von fehlendem Sportmaterial zur Anwendung. Ab wann dieses eintritt, liegt im pädagogischen Ermessen der Lehrkraft.

6. Sportunterricht und Inklusion

Die inklusive Pädagogik ist ein Ansatz der Pädagogik, dessen wesentliches Prinzip die Wertschätzung der Diversität in der Bildung und Erziehung ist. Inklusion beruft sich auf die Menschenrechte, dass die Schule den Bedürfnissen ihrer Schülerschaft gewachsen sein soll. Es sollte eine Schule für alle konzipiert werden, in der kein Kind ausgesondert wird, weil es den Anforderungen der Schule nicht entsprechen kann. Inklusion setzt einen gezielten und gewollten Umgang mit der Vielfalt voraus und verzichtet auf das Prinzip der Homogenität. Heterogenität ist die normale Gegebenheit. Die Idee der inklusiven Pädagogik besteht also darin, keine Schülerin bzw. keinen Schüler mehr als „andersartig“ anzusehen.

Die hier genannten Punkte gelten natürlich auch für den ganz normalen Sportunterricht.

6.1 Überlegungen zur praktischen Umsetzung

- Eine Klasse bildet eine Einheit vieler unterschiedlicher Schüler/-innen, die **alle** förderbedürftig sind.
- Alle Pädagogen können (sollten) alle Kinder unterrichten. Hilfestellungen in vielfältiger Form dazu werden bei Bedarf bereitgestellt.
- Damit die Bedürfnisse aller Schüler/-innen befriedigt werden können, benötigt Inklusion eine weitgehende flexible Anwendung unterschiedlicher Unterrichtsmethoden, Lehr- und Lernwege, Belastungsvarianten und differenzierende Maßnahmen, die die unterrichtenden Sportlehrkräfte aufgrund ihrer Ausbildung und ihrer Erfahrung erkennen und einsetzen.

6.2 Grundsätze eines inklusiven Sportunterrichts

- Sport für alle – es wird niemand ausgegrenzt.
- Alle Schüler können mitmachen, haben durch ein gezieltes und individuelles Üben Spaß am Sport und
- erfahren ihre eigenen (individuellen) Leistungsgrenzen.

Im Schulalltag begegnen uns immer mehr Kinder und Jugendliche, die Schwächen im motorischen Bereich aufweisen. Die Schüler einer Klasse/Gruppe bringen höchst unterschiedliche Voraussetzungen mit. Diese Heterogenität bezieht sich im Sport auf Körpergröße, Gewicht, Geschlecht, Behinderung, Niveau der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten, Entwicklung der Grundtätigkeiten (Gehen, Laufen, Hüpfen, Springen, Stützen, Schwingen, Hängen, Balancieren, Heben, Tragen, Ziehen, Schieben, Rollen, Wälzen), „Schatz“ an gesammelten Bewegungserfahrungen usw.

6.3 Pädagogisches Ziel

Pädagogisches Ziel muss es sein, ein gemeinsames Lernen und Üben von Schülern mit unterschiedlichen Voraussetzungen zu ermöglichen und dabei den persönlichen Voraussetzungen, Vorerfahrungen, Fähigkeiten und Fertigkeiten gerecht zu werden. Der Sportunterricht bietet viele Möglichkeiten der Umsetzung, stellt aber auch besondere Anforderungen an die Lehrkräfte hinsichtlich der Aufsichtspflicht, da sich gleichzeitig viele Schüler mit unterschiedlichen Aufgabenstellungen und evtl. mit/an unterschiedlichen Geräten bewegen.

6.4 Ausblick

Fragen zur Umsetzung

Gut gesagt und gut gemeint, aber wie lässt sich das im „ganz normalen“ Sportunterricht mit seinen ganz besonderen Bedingungen, z. B. Halle, Sportplatz, Schwimmbecken, Umkleieräume, keine festen Plätze, Schüler/-innen wollen sich austoben, schnell erreichbare Geräte, Lärm, schlechte Akustik, Ansagen und Aktivitäten usw. umsetzen und verwirklichen?

Bei einem inklusiven Sportunterricht wird nicht mehr wie gewohnt in Gruppen unterschieden und eingeteilt, z. B.

- begabte und/oder besonders talentierte bzw. leistungsfähige Schüler/-innen;
- leistungsschwache Schüler/-innen mit „lückenhaften“ körperlichen Voraussetzungen;
- Schüler/-innen, die motorische Schwächen aufweisen und über wenig Bewegungserfahrungen verfügen;
- motorisch auffällige und/oder behinderte Schüler/-innen;
- Schüler/-innen, die Wahrnehmungsschwächen aufweisen;
- Schüler/-innen, die konditionelle und/oder koordinative Schwächen aufweisen usw.,

sondern am inklusiven Sportunterricht sollen (können) alle Schüler/-innen selbstverständlich teilnehmen, d. h.

- es gibt einen gemeinsamen Unterricht für alle Schüler/-innen;
- es wird die Individualität und Heterogenität der Schüler/-innen berücksichtigt;
- es wird mit einer inneren Differenzierung gearbeitet, die das unterschiedliche Entwicklungsniveau/Leistungsniveau/ Belastbarkeit der Schüler berücksichtigt;
- es wird ein zieldifferentes Unterrichts- und Lernangebot gemacht;
- es werden Lehr- und Lernformen eingesetzt, die den Unterschiedlichkeiten der Schüler/-innen Rechnung tragen;
- es werden jedem Schüler / jeder Schülerin individuelle Lernwege und Lernstile zugestanden und ermöglicht.
- Die jeweiligen Bedürfnisse und Voraussetzungen der teilnehmenden Schüler/-innen werden berücksichtigt, z. B. Belastung, Lernweg, Lernstil, usw.

Ein inklusiver Sportunterricht stellt somit erheblich höhere Anforderungen an die Lehrkräfte als bisher und darauf muss man Unterricht (z.B. Umfang, Dauer, Anzahl der Lehrkräfte....) vorbereiten.

Das einmalige Ausarbeiten eines Konzeptes, einer methodischen Reihe, eines Organisationsrahmens usw. reichen in der Regel nicht aus, um allen Schülern gerecht zu werden – „es ist von Sportstunde zu Sportstunde anders“.

Diese Aussage ist natürlich für den Sportunterricht besonders wichtig, weil es hier immer sofort sichtbar wird, wenn der Schüler z.B. eine Aufgabe „gut oder schlecht erledigt“.

Folgende Maßnahmen zur Umsetzung im inklusiven Sportunterricht sind als Anregungen zu verstehen:

- **Regeländerungen**

Z. B. Spielfeld verkleinern, mit „weichen Bällen“ spielen, das Gerät höher bzw. niedriger stellen, bei Ballspielen 1- oder 2-mal getroffen werden, bei manchen Fangspielen auf einem Bein hüpfen usw.

- **Themenorientiertes Üben**

Z. B. gemeinsam eine Bewegungslandschaft erstellen und später daran üben, diese überwinden – je nach Möglichkeiten; z. B. einer geht auf allen vieren über die Barrenholme, ein anderer stützt sich durch die Holmengasse usw.

7. Obligatorische Unterrichtsvorhaben in der Sekundarstufe I

Erläuterungen zum Aufbau des Lehrplans

In Spalte 1 ist die **Jahrgangsstufe (J)** angegeben, in dem das **Unterrichtsvorhaben** stattfindet.

In Spalte 2 ist angegeben, welchem **Bewegungsfeld und Sportbereich (B)** das Unterrichtsvorhaben zuzurechnen ist. (siehe Liste unten links)

In Spalte 3 ist der Kleinbuchstabe des **Inhaltsfelds (I)** angegeben, an dem sich das Unterrichtsvorhaben orientiert (siehe Liste unten rechts)

In Spalte 4 ist das **Unterrichtsvorhaben** formuliert.

In Spalte 5 sind die **Kompetenzerwartungen** aufgeführt, die mit dem Unterrichtsvorhaben erarbeitet werden sollen.

Sie sind geordnet nach den **Kompetenzbereichen** : - **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BW)**
- **Methodenkompetenz (M)**
- **Urteilskompetenz (U)**

Dabei sind jeweils die zu erreichenden **Kompetenzniveaus nach Jg. 6, 8 bzw. 10** berücksichtigt.

Inkrafttreten: Dieser Lehrplan tritt an der Gesamtschule Gummersbach für die Jahrgangsstufen 5 – 10 zum 1.8.2014 in Kraft.

Fortentwicklung: Der schulinterne Lehrplan wird bei Bedarf überarbeitet und weiterentwickelt. Inhalte sind je nach Lerngruppe situativ abzuändern.

Bewegungsfelder und Sportbereiche (B)

- 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen
- 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen
- 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik
- 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen
- 5: Bewegen an Geräten – Turnen
- 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste
- 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele
- 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootsport, Wintersport
- 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

Inhaltsfelder (I)

- a: Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung
- b: Bewegungsgestaltung
- c: Wagnis und Verantwortung
- d: Leistung
- e: Kooperation und Konkurrenz
- f: Gesundheit

7.1 Stufe 5 (120 Std. incl. Freiraum)

J	B	I	Unterrichtsvorhaben	Kompetenzerwartungen
5	1	a	Im Gleichgewicht sein – balancieren können auf vielfältigen Gerätekombinationen Rückenschule	BW: SuS erlangen und vertiefen Fertigkeiten im Bezug auf Gleichgewichtsschulung im Umgang mit Kleingeräten (Seil, Reifen,...), sowie auf Großgeräten (Bank, Schwebebalken...). M: SuS können unter Anleitung Geräte- bzw. Gerätebahnen aufbauen.. U: SuS beurteilen ihr eigenes Bewegungsgefühl (sicher, weniger sicher...?)
5	2	a c d e	Alle spielen mit – kleine Spiele bedürfnisgerecht variieren	BW: grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten ansatzweise situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden. BW: einfache Bewegungsspiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele – auch eigenverantwortlich – fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Regeln benennen und erläutern. M: einfache Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z. B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern.
5	3	f a	Ganz schön aus der Puste!? Mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd laufen können	BW: beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 10 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen benennen U: die individuelle Gestaltung des Lauftempos bei einer Ausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen.
5	3	a d	Leistungen des Sportabzeichens erfüllen	M: unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren U: die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen.
5	3	a f	Schnell und geschickt laufen – auf, um und über Hindernisse laufen und springen (auch in Gruppen)	BW: grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden M: leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen.
5	3	a d	Jahrgangsschwerpunkt: leichtathletischer Mehrkampf: vorbereiten und durchführen	BW: einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampferhaltens durchführen M: grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden
5	3	a c	Das habe ich noch nie gemacht - Hochsprung / Hürdenlauf als neue Herausforderung	BW: eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z. B. Hochsprung) in der Grobform ausführen.
5	4	a b	Über die Verbesserung des Wassergefühls zum sicheren Bewegen im Wasser incl. des Tauchens gelangen	BW: das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs- Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen. M: Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden

J	B	I	Unterrichtsvorhaben	Kompetenzerwartungen
5	4	a d f	Eine Schwimmart auswählen, deren Technik erlernen und verbessern und darin ausdauernd schwimmen lernen	<p>BW: eine Schwimmtechnik einschließlich Start und Atemtechnik ausführen.</p> <p>BW: das Springen und Tauchen funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen.</p> <p>BW: eine Ausdauerleistung (ca. 15 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit, erbringen.</p> <p>M: einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten.</p>
5	5	a b e	Vielfältig an Geräten turnen – beim Bewegen sicher werden (z. B.: Standwaage, Rolle vw, Flugrolle, Rad, Kerze, Brücke)	<p>BW: SuS erlernen elementare Bewegungsformen und grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen.</p> <p>BW: SuS können die für das Turnen notwendige Körperspannung aufbauen und aufrechterhalten.</p> <p>M: SuS können unter Anleitung Geräte- bzw. Gerätekombinationen sachgerecht kooperativ auf- und abbauen.</p> <p>U: SuS können ihr eigenen turnerischen Fähigkeiten objektiv einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) beurteilen.</p> <p>U: SuS können die zentralen Merkmale der zu erlernenden turnerischen Fähigkeiten beschreiben .</p>
5	6	a b	Tanzformen kennen lernen und variieren	<p>BW: SuS setzen ausgewählte Bewegungsgestaltungen in rhythmischen Strukturen zu Musik – auch in der Gruppe um und präsentieren diese.</p> <p>BW: SuS nehmen grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/Musik und Partner/Partnerin) wahr und wenden die Merkmale in Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe an.</p> <p>M: SuS können einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z. B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen) entwickeln und präsentieren.</p>
5	6	a b d	Bühne frei - Bewegungskünste entwickeln, üben, präsentieren	<p>BW: SuS führen Bewegungskünste (z. B. Jonglieren, Bewegungstheater,) allein und in einer Gruppe aus.</p> <p>M: SuS sprechen sich mit Partnerinnen und Partner ab und entwerfen gemeinsame Lösungen von komplexen Gestaltungsaufgaben, die sie beschreiben und präsentieren.</p> <p>U: SuS beurteilen die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien.</p>
5	9	d e	Vertrauen gewinnen, Vertrauen verdienen – sich körperlich mit anderen auseinander setzen (Raufspiele)	<p>BW: mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen des Partners einstellen.</p> <p>BW: sich regelgerecht, fair und verantwortlich in Kampfsituationen verhalten.</p> <p>M: Regeln entwickeln und anwenden.</p> <p>U: Chancengleichheit bewerten und beurteilen.</p>

7.2 Stufe 6 (80 Std. incl. Freiraum)

J	B	I	Unterrichtsvorhaben	Kompetenzerwartungen
6	1	f	Atem und Puls als Zeichen richtiger Belastung erfahren und begreifen	BW: Die SuS erfahren Unterschiede bei unterschiedlichen Belastungen, sie lernen die Atmung als Steuerungsmöglichkeit für Belastungen kennen. M: SuS lernen, ihren Puls zu messen. U: SuS beurteilen die Höhe des Belastungspulses als Trainingsmaß
6	1	f	Eine ausgewählte Entspannungstechnik kennen lernen und anwenden kombiniert mit Puls und Belastung	BW: SuS lernen eine Entspannungstechnik kennen und anwenden
6	2	d e	Die Spannung im Spiel erhalten – Spielideen unterschiedlicher Spiele erfahren und begreifen – mit und gegeneinander Wettfeiern (Staffelspiele)	BW: Kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und Regeln – orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial – selbstständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen. M: einfache Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z. B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern. U: Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten.
6	3	a d	Weitwerfen, Weitspringen ... ist gar nicht so schwer	BW: leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitenniveau individuell oder teamorientiert ausführen. M: Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen.
6	3	a d	Leistungen des Sportabzeichens erfüllen	M: unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren U: die eigene und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen.
6	5	a b	Beim Turnen von Bewegungsfolgen Bewegungsfluss und Rhythmus erleben (Trampolin: Strecksprung, Hocke, Grätsche, Bücke, Schrauben ...) // Rückenschule	BW: SuS erlernen die Grundsprünge auf dem Trampolin und können sie vorführen. M: SuS können unter Anleitung die Geräte sachgerecht kooperativ auf- und abbauen und unter Sicherheitsaspekten beurteilen.
6	6	a b	Tanzformen kennen lernen und variieren	BW: SuS setzen ausgewählte Bewegungsgestaltungen in rhythmischen Strukturen zu Musik – auch in der Gruppe um und präsentieren diese. BW: SuS nehmen grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/Musik und Partner/Partnerin) wahr und wenden die Merkmale in Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe an. M: SuS können einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z. B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen) entwickeln und präsentieren.

J	B	I	Unterrichtsvorhaben	Kompetenzerwartungen
6	7	e c	Grundlagen für Ballspiele vielfältig erlernen, üben und anwenden (von „Ball über die Schnur“ zum „volley spielen“)	BW: Erlernen von Ballfertigkeiten/Fangen/Werfen/Dribbeln M: Schulung koordinativer Fähigkeiten U: Mannschaften bilden können / Regelstrukturen erarbeiten
6	7	e	Einführung in das Fußballspielen	BW: Faires Spielen reflektieren/Konflikte regeln M: Einhaltung von Regeln beachten
6	7	d e	Jahrgangsschwerpunkt: Fußballspiel	BW: einen Wettkampf in der Mannschaft unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und angemessenen Wettkampfverhaltens vorbereiten und durchführen M: einen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Fußballspiel einhalten.

7.3 Stufe 7 (80 Std. incl. Freiraum)

J	B	I	Unterrichtsvorhaben	Kompetenzerwartungen
7	1	b c e	Sich selbst aufwärmen können	BW: SuS erfahren die Bedeutung des Aufwärmens (etwa durch einen Leistungstest, wie Gruppenstandweitsprung) M: SuS kennen den Ablauf einer zielführenden Aufwärmung und die Bedeutung der Bausteine U: SuS beurteilen von Mitschülern angeleitete Aufwärmphasen
7	3	a d	Leistungen des Sportabzeichens erfüllen	M: unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren U: die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen.
7	5	a c d e	Turnerische (akrobatische) Kunststücke lernen, üben und präsentieren (Partner-Akrobatik, Menschenpyramiden)	BW: SuS erlernen in Partner- bzw. Gruppenarbeit erste akrobatische Kunststücke und können diese vor der Lerngruppe präsentieren. M: SuS üben in Partnerarbeit oder in Kleingruppen aufgabenorientiert und sozial verträglich U: SuS können die akrobatischen Bewegungsarrangements in Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen
7	5	a b	Beim Turnen von Bewegungsfolgen Bewegungsfluss und Rhythmus erleben (Trampolin: Streck sprung, Hocke, Grätsche, Bücke, Schrauben ...)	BW: SuS erlernen die Grundsprünge auf dem Trampolin und können sie vorführen. M: SuS können unter Anleitung die Geräte sachgerecht kooperativ auf- und abbauen und unter Sicherheitsaspekten beurteilen.
7	6	a b d	Kunststücke mit dem Seil – Rope-Skipping und Double Dutch präsentieren	BW: SuS führen technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewe gens mit und ohne Handgerät z.B. Ball, Reifen, Seil, aus und beschreiben diese Formen M: SuS können einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z. B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen) entwickeln und präsentieren. U: SuS bewerten einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien.
7	6	a b	Handgeräte als Anlass für Übungs- und Gestaltungsprozesse nutzen	BW: SuS experimentieren mit ungewöhnlichen Materialien (Alltagsgegenstände) und übertragen ausgewählte Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewe gens auf andere Objekte. M: SuS können einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z. B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen) entwickeln und präsentieren. U: SuS bewerten einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien.

J	B	I	Unterrichtsvorhaben	Kompetenzerwartungen
7	7	e c	Im Team spielen lernen: (Volley spielen)	BW: Volleyball mannschaftsdienlich und regelgerecht spielen sowie sich taktisch angemessen verhalten. M: grundlegende Spielregeln kennen
7	7	e	Einführung in das Handballspielen	BW: Faires Spielen reflektieren/Konflikte regeln M: Einhaltung von Regeln beachten.
7	7	d e	Jahrgangsschwerpunkt: Handballspiel	BW: einen Wettkampf in der Mannschaft unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und angemessenen Wettkampfverhaltens vorbereiten und durchführen. M: einen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Fußballspiel einhalten.
7	7	e	Partnerspiel Badminton: den Federball gezielt übers Netz bringen.	BW: Technische und koordinative Fähigkeiten anwenden können M: Minispiele entwickeln können
7	7	e	Spielideen und Regeln von Sportspielen vergleichen, variieren und kombinieren	BW: neue Spiele ausprobieren und Unterschiede herausarbeiten/fairen Umgang untereinander M: grafische Darstellung von Spielzügen (Taktiktafel/Aufstellungen)
7	8	a c	Beim Fahren und Rollen das Gleichgewicht finden und sicherheitsgerechtes Verhalten erlernen (z.B. Waveboard, Rollbrett)	BW: komplexere Bewegungsabläufe des ausgewählten Schwerpunktes beim Gleiten oder Fahren oder Rollen kontrollieren und eine vorgegebene Strecke/Parcours schnell oder ausdauernd bewältigen. M: Gefahrensituationen in ausgewählten Lern- und Übungsprozessen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen erkennen, benenne und vereinbarte Sicherheits- und Organisationsmaßnahmen einhalten. U: die Anforderungen zur Bewältigung von Gleit- Fahr- oder Rollsituationen einschätzen und den Schwierigkeitsgrad beurteilen.
7	9	c e	Kleine Kämpfe – Auf das Zweikämpfen spielerisch vorbereiten	BW: mit und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen bei grundlegenden Wurf- und Falltechniken einstellen. M: beim Erlernen von verschiedenen Techniken durch kooperatives Verhalten zum Erfolg verhelfen. U: Vereinbarungen von Regeln einhalten und Chancengleichheit bewerten und beurteilen.

Stufenfahrt mit sportlichem Schwerpunkt Skifahren

BW: sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten unter Berücksichtigung der Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale nach vorgegebenen Kriterien erläutern.

BW: technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten sicherheitsgerecht und Gelände angepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben sowie Möglichkeiten der Bewegungshilfe und –sicherung erläutern.

M: beim Gleiten allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen) erläutern und anwenden.

U: die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen.

U: Sinnzusammenhänge beim Gleiten unterscheiden und beurteilen. (z. B. als Freizeit- und Naturerlebnis, als Gruppenerlebnis, als Bewegungsgestaltung sowie unter Leistungs- bzw. Wagnisaspekten)

7.4 Stufe 8 (120 Std. incl. Freiraum)

J	B	I	Unterrichtsvorhaben	Kompetenzerwartungen
8	1	a f	Alltagsbelastungen verstehen und ihre Wirkung auf die Haltung durchschauen und einüben (Tragen, Sitzen, Stehen und Gehen)	BW: SuS erfahren „richtiges“ Tragen und Sitzen, Stehen und Gehen. U: Urteilen über Fehlhaltungen und Fehlbewegungen, sowie deren Korrektur
8	2	a c d e	Mit vorgegebenen Materialien ein Spiel ausprobieren (ggf. selbst erfinden) (Alternative Spiele: Frisbee, Flag-Football, Brennball)	BW: in unterschiedlichen Spielen nach vorgegebenen Kriterien mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln. M: ausgewählte Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern. U: Spiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele grundlegend beurteilen.
8	2	c d	Taktik verstehen – die Möglichkeiten kleiner Spiele ausloten und erweitern	BW: in unterschiedlichen Spielen nach vorgegebenen Kriterien mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln.
8	3	a d	Leistungen des Sportabzeichens erfüllen	M: unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren U: die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen.
8	3	f	Die aerobe Ausdauer spielerisch verbessern und mit einem Test überprüfen	BW: beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 20 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben.
8	3	a d	Das Werfen mit unterschiedlichen Materialien erleben (z.B. Schleuderbälle u.a.)	BW: leichtathletische Disziplinen (u. a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau individuell und teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen. M: unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren
8	5	b c e	Gemeinsam Gerätekombinationen entwickeln und bewältigen – Beim Bewegen an Geräten Wagnis suchen und sich trauen (z. B. Parcours)	BW: SuS können eine Gerätekombination (einen Parcours) entwickeln welcher an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasst ist und welcher in Bezug auf ihre Wagnis- und Leistungssituation bewältigt werden kann. M: SuS können in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden. U: SuS können unter Anleitung Geräte- bzw. Gerätekombinationen sachgerecht kooperativ auf- und abbauen und diese in Hinblick auf die Sicherheit beurteilen.

J	B	I	Unterrichtsvorhaben	Kompetenzerwartungen
8	5	a c d	Beim Turnen von Bewegungsfolgen Bewegungsfluss und Rhythmus erleben (Reck, Barren....)	BW: SuS erlernen die Grundelemente an Turngeräten und können sie vorführen. M: SuS können unter Anleitung die Geräte sachgerecht kooperativ auf- und abbauen und unter Sicherheitsaspekten beurteilen.
8	7	e	Einführung in das Basketballspielen	BW: Faires Spielen reflektieren/Konflikte regeln M: Einhaltung von Regeln beachten.
8	7	c d e	Jahresschwerpunkt: Basketballspiel	BW: Im Wettkampf mannschaftsdienlich spielen können. Taktik richtig anwenden. BW: grundlegende koordinative Fertigkeiten im Spiel anwenden. Korrekturhilfen annehmen und umsetzen können. Taktisch agieren können. M: Schiedsrichtertätigkeit übernehmen können
8	7	a	Üben der Grundlagen des Volleyballspiels (als langfristige Vorbereitung auf das 9er-Turnier)	BW: Erwerb von grundlegenden Fertigkeiten. Sich in komplexen Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.
8	7	e	Hockey – Technisch-taktisches Handeln verstehen und in einem für alle befriedigenden Spiel umsetzen	BW: Erlernen von Technik und Anwendung in kleinen Gruppen M: Spielregeln im Spiel anwenden
8	7	e	Spielideen und Regeln von Sportspielen vergleichen, variieren und kombinieren	BW: neue Spiele ausprobieren und Unterschiede herausarbeiten/fairer Umgang untereinander M: grafische Darstellung von Spielzügen (Taktiktafel/Aufstellungen)
8	9	c e	Das Kämpfen spielerisch erfahren (Falltechniken einüben und anwenden) Fechten – Einführung in eine alternative Sportart	BW: mit und gegeneinander kämpfen und sich individuelle Voraussetzungen des Partners bei grundlegenden Wurf- und Falltechniken einstellen. BW: körperlich bedingte Vor- und Nachteile erkennen, benennen und Nachteilsausgleiche entwickeln. M: Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten. U: Vereinbarungen von Regeln in komplexere Kampfsituationen bewerten und beurteilen.

7.5 Stufe 9 (80 Std. incl. Freiraum)

J	B	I	Unterrichtsvorhaben	Kompetenzerwartungen
9	1	d f	Die Bedeutung der Kraft erkennen und ihre Trainierbarkeit mit einfachen Mitteln ausprobieren und umsetzen	BW: SuS erleben ihre Kraft und deren Trainierbarkeit anhand von Tests zu ausgewählten Muskelgruppen M: SuS lernen, wie sie ausgewählte Muskelgruppen trainieren können (Trainingsbewegung, Trainingsgrundsätze) U: Zweckmäßigkeit von Übungen beurteilen
9	1	d f	Fitness erwerben, verbessern und messen (Fittestests)	M: SuS lernen verschiedene Fittestests kennen U: Einordnen der eigenen Fitness anhand der durchgeführten Tests
9	3	a c	Das habe ich noch nie gemacht Kugelstoß als neue Herausforderung	BW: eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z. B. Kugelstoßen) in der Grobform ausführen.
9	3	a d	Leistungen des Sportabzeichens erfüllen	M: leichtathletische Wettkampffregeln erläutern und selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z. B. tabellarisch, grafisch) erfassen. U: die eigene Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfs beurteilen.
9	5	a b c	Beim Turnen von Bewegungsfolgen Bewegungsfluss und Rhythmus erleben alternativ: Minitrampolin und andere Sprunggelegenheiten	BW: SuS können die erlernten Bewegungen (z. B. Grundelemente am Barren) ausführen und fließend verbinden. M: SuS können situationsgerecht Sicherheitsstellung und Hilfeleistungen anwenden.
9	6	a b	Zu Musik passende Bewegungsformen finden und in einen Bewegungsablauf umsetzen	BW: Die SuS können ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsaufgaben eine eigene Bewegungskomposition - auch in der Gruppe - zu Musik entwickeln, umsetzen und präsentieren. Dabei können sie ausgewählte Gestaltungsmerkmale (Raum, Form, Dynamik, Zeit) anwenden. M: Die SuS können kooperativ mit einem Partner/in einer Gruppe auf eine gemeinsame Lösung hinarbeiten. Sie können ihr Bewegungsrepertoire für eine Präsentation nutzen. U: Die SuS können die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und bei anderen nach ausgewählten Aspekten beurteilen.
9	7	c d e	Jahresschwerpunkt: Volleyballspiel Voraussetzungen für ein Mannschaftsspiel im Miteinander entwickeln, variieren und verbessern	BW: komplexe technische Fähigkeiten im Spiel umsetzen. Spiel auf hohem Niveau spielen können. M: Schiedsrichtertätigkeit übernehmen können/Sportspiel organisieren. U: eigene Fähigkeiten beurteilen/technische Korrekturen vornehmen können
9	7	c e	Sportspiel Badminton Voraussetzungen für ein Partnerspiel im Miteinander entwickeln, variieren und verbessern	BW: Badminton auf fortgeschrittenem Niveau selbstständig regelgerecht spielen. Regelkonflikte lösen können. M: Turnier durchführen und organisieren. Verantwortung übernehmen.

J	B	I	Unterrichtsvorhaben	Kompetenzerwartungen
9	9	e	Kämpfen und Ringen – sich nach festen Regeln messen	BW: technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten beim Kämpfen anwenden. M: Kriterien geleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben. U: eigene und Leistungsfähigkeit anderer in Zweikämpfen nach vereinbarten Kriterien beurteilen. U: faires Verhalten bei Zweikämpfen beurteilen.
<p>Stufenfahrt mit sportlichem Schwerpunkt Skifahren</p> <p>BW: sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten unter Berücksichtigung der Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale nach vorgegebenen Kriterien erläutern.</p> <p>BW: technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten sicherheitsgerecht und Gelände angepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben sowie Möglichkeiten der Bewegungshilfe und –sicherung erläutern.</p> <p>M: beim Gleiten allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen) erläutern und anwenden.</p> <p>U: die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen.</p> <p>U: Sinnzusammenhänge beim Gleiten unterscheiden und beurteilen. (z. B. als Freizeit- und Naturerlebnis, als Gruppenerlebnis, als Bewegungsgestaltung sowie unter Leistungs- bzw. Wagnisaspekten)</p>				

7.6 Stufe 10 (80 Std. incl. Freiraum)

J	B	I	Unterrichtsvorhaben	Kompetenzerwartungen
10	1	a f	Trainingsgelegenheiten selbst schaffen und neben dem Schulsport wahrnehmen	M: Selbstorganisation von Trainingsgruppen (z.B. Lauftreffs initiieren)
10	1	d,f	Krafttraining mit alternativen Geräten	M: Alltags- und Turngeräte als Trainingsmöglichkeiten nutzen
10	2	a c d e	„Spiele ohne Grenzen“ – Ideen entwickeln und in einem Spiel umsetzen	BW: komplexere spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Spielen anwenden. BW: Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund selbstständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen. M: komplexe Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern. U: Spiele – auch aus anderen Kulturen oder dem Behindertensport – hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen. U: Heterogenitätsdimensionen (körperliche Voraussetzungen, Geschlecht, Leistungsunterschiede, soziokulturelle Hintergründe) erkennen und beurteilen
10	3	f a	Fit und gesund! – Was geschieht beim Ausdauertraining? – Eigene Ziele finden und verfolgen.	BW: beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 30 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben.
10	5	b e	Gemeinsam mit Partnerinnen und Partnern turnen	BW: SuS erarbeiten zu zweit oder in der Kleingruppe die Choreographie einer turnerische Gerätebahn (unter Berücksichtigung der individuellen Fähigkeiten) und präsentieren diese vor der gesamten Lerngruppe. M: SuS können in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden. M: SuS üben in Partnerarbeit oder in Kleingruppen aufgabenorientiert und sozial verträglich. U: SuS können ihre ausgewählten Bewegungsarrangements in Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen
10	5	c	Wagnisparcours individuell entwickeln und erproben	BW: SuS entwickeln einen Wagnisparcours welcher an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasst ist und somit auch bewältigt werden kann. M: SuS können die Geräte sachgerecht kooperativ auf- und abbauen und unter Sicherheitsaspekten beurteilen. U: SuS können ihre ausgewählten Bewegungsarrangements in Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen.
10	5	b e	Attraktive Wettkampfmöglichkeiten im Turnen selbst entwickeln	M: SuS organisieren einen Jahrgangs übergreifenden Wettkampf im Geräteturnen mit festgelegten Übungen an verschiedenen Geräten (z. B. Barren, Reck, Ringen, etc.) und unter Berücksichtigung der individuellen Leistungsmöglichkeiten. U: SuS können die eigene Leistung und die Leistung anderer in Wettkämpfen nach vereinbarten Kriterien einschätzen sowie eine Präsentation bewerten.

J	B	I	Unterrichtsvorhaben	Kompetenzerwartungen
10	6	b f d	(Stepp-)Aerobic Bewegungen beherrschen, Bewegungsfolgen finden und präsentieren	<p>BW: Die SuS können ausgewählte Grundtechniken des Fitnessbereichs (Stepp)-Aerobic ausführen und diese als Ausgangspunkt zum Finden eigener Bewegungskombinationen nutzen. Dabei können sie ausgewählte Gestaltungsmerkmale (siehe Jg. 5) anwenden und zielgerichtet variieren.</p> <p>M: Die SuS können ihr Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Gestaltungsbereichen (Fitness, Tanz) für eine Präsentation nutzen.</p>
10	6	a b	Standardtänze erlernen im Hinblick auf den Abschlussball	<p>BW: Die SuS können ausgewählte Schritte aus den verschiedenen Standardtänzen (Walzer, Discofox, Salsa) ausführen und als Ausgangspunkt für Bewegungsgestaltungen nutzen.</p> <p>M: Die SuS können sich mit dem Partner/der Partnerin absprechen und eine gemeinsame Lösung für komplexere Gestaltungsaufgaben finden und präsentieren.</p> <p>U: Die SuS können bewegungsbezogene Klischees beim Gestalten, Tanzen und Darstellen kritisch bewerten.</p>
10	7	c e	Sportspiel Badminton Voraussetzungen für ein Partnerspiel im Miteinander entwickeln, variieren und verbessern	<p>BW: Badminton auf fortgeschrittenem Niveau selbstständig regelgerecht spielen. Regelkonflikte lösen können.</p> <p>M: Turnier durchführen und organisieren. Verantwortung übernehmen.</p>

7.7 Gesamtüberblick Obligatorik und Freiraum in der Sekundarstufe I

Die unterschiedlichen Farben markieren die einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche (B), die dem jeweiligen Unterrichtsvorhaben zugrunde liegen.

1	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Wissen erwerben und Sport begreifen
2	Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	
3	Laufen , Werfen, Springen - Leichtathletik	
4	Bewegen im Wasser - Schwimmen	
5	Bewegen an Geräten - Turnen	
6	Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste	
7	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	
8	Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport, Bootssport, Wintersport	
9	Ringern und Kämpfen - Zweikampfsport	
	Freiraum	

Beispielhafte Verteilung der Unterrichtsvorhaben im Schuljahresverlauf.
 Sie ist u.a. abhängig von der Sporthallenbelegung bzw. den Sportklassen.

	120 Std.	40 Std.	40 Std.	120 Std.	40 Std.	40 Std.
Stufe KW	5	6	7	8	9	10
1	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange
2	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange
3	Orange	Orange	White	Orange	Orange	Orange
4	Orange	Orange	Green	Brown	Orange	Brown
5	White	Orange	Green	Brown	Green	Brown
6	Brown	Orange	Green	Brown	Green	Brown
7	Brown	Brown	Green	Brown	Green	Brown
8	Brown	Brown	Green	Brown	Green	Brown
9	Brown	Brown	Green	Brown	Green	Brown
10	White	Brown	Green	White	Green	White
11	White	Brown	White	White	White	White
12	Green	Brown	Yellow	Green	x	Green
13	Green	Green	Yellow	Green	White	Green
14	Green	Green	Yellow	Green	Yellow	Green
15	Green	Green	Yellow	Green	Yellow	Green
16	Green	Green	Yellow	Green	Yellow	Green
17	Green	Green	White	Green	Yellow	Green
18	Green	Green	Light Green	Green	Yellow	Green
19	White	Green	Light Green	Green	White	White
20	White	Green	White	White	White	White
21	Blue	Green	Light Green	Yellow	Light Green	Yellow
22	Blue	Green	Light Green	Yellow	Light Green	Yellow
23	Blue	White	White	Yellow	Light Green	Yellow
24	Blue	Light Green	Red	Yellow	Red	Yellow
25	Blue	Light Green	Red	Yellow	Red	Yellow
26	Blue	Light Green	Red	Yellow	Red	Yellow
27	Blue	Light Green	Red	Red	Red	White
28	White	Light Green	Red	Red	Red	Light Green
29	Yellow	Yellow	Red	Red	Red	Light Green
30	Yellow	Yellow	Red	Red	Red	Light Green
31	Yellow	Yellow	White	Red	White	Light Green
32	Yellow	Red	Blue	Red	Blue	White
33	White	Red	Blue	Red	Blue	Red
34	Light Green	Red	Blue	Red	White	Red
35	Light Green	Red	Blue	Brown	White	Red
36	Light Green	Red	Blue	Brown	White	Red
37	Light Green	Red	White	Brown	Brown	Red
38	Brown	Red	Brown	Brown	Brown	Red
39	Brown	Red	Brown	White	Brown	White
40	White	White	White	White	White	White

x = Praktikum

8. Obligatorische Unterrichtsvorhaben in der Sekundarstufe II

8.1. Informationen zu den Inhalten und zur Organisation

8.1.1 Inhalte

Die Lerninhalte des Faches Sport für die gymnasiale Oberstufe werden in drei aufeinander bezogene Bereiche des Faches zusammengefasst.

Bereich I: Bewegungsfelder / Inhaltsfelder / Unterrichtsvorhaben

Bereich II: Fachliche Kenntnisse

Bereich III: Methoden und Formen selbständigen Arbeitens

Bewegungsfelder / Inhaltsfelder / Unterrichtsvorhaben (Bereich I)

Die pädagogischen Perspektiven werden mit Bewegungsfeldern bzw. ihren Gegenstandsbereichen zu einem Unterrichtsvorhaben verknüpft. Für die Sportkurse in der Jahrgangsstufe 11 sind insgesamt 6 Unterrichtsvorhaben verbindlich. Dabei wird jeweils eine pädagogische Perspektive zum Ausgangspunkt eines Unterrichtsvorhabens. Die Schülerinnen und Schüler sollen das für sie Bedeutsame bei Bewegung, Spiel und Sport erkennen und in die Lage versetzt werden, bei der Gestaltung des Kursprofils zu Beginn der Jahrgangsstufe 12 aktiv teilnehmen zu können.

Fachliche Kenntnisse (Bereich II)

Zu diesem Bereich gehören u.a. Kenntnisse:

- über Funktionszusammenhänge von Bewegungsabläufen
- zum motorischem Lernen,
- zur Erhaltung und Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit durch Training,
- zur Organisation sportlicher Übungs- und Wettkampfsituationen
- zur Förderung eines umweltbewussten Sporttreibens.

Methoden und Formen selbständigen Arbeitens (Bereich III)

In diesem Bereich soll die Methoden- und Lernkompetenz sowie die Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit der Schülerinnen und Schüler erweitert werden.

- Merkmale des Lernens :
- eigenständig Lernen,
 - bewusst Lernen,
 - im Team Lernen,
 - mit Medien Lernen.

Ergänzende Inhalte

1. Sportkurse werden in der Oberstufe nicht mehr nach Sportarten ausgeführt, sondern themenzentriert in sog. Bewegungsfeldern und Sportbereiche (siehe S. 36) ausgeführt.
2. Angestrebt ist eine enge Verzahnung von Theorie und Praxis.
3. Inhalte sind die bereits vorgestellten 9 Bewegungsfelder und Sportbereiche sowie „Fachliche Kenntnisse“ und „Methoden und Formen selbständigen Arbeitens“. Daran angeknüpft sind 6 Inhaltsfelder (siehe S. 11), die die Schülerin / der Schüler erfahren soll.
4. Die Kurse im Fach Sport werden jeweils von einem Lehrer für ein Jahr angeboten, wobei die Themen nicht mehr einzelnen Sportarten entsprechen, sondern sich an bestimmten Bewegungsfeldern orientieren. Das muss man so verstehen, dass innerhalb eines Bewegungsfeldes verschiedene Sportarten (Unterrichtsvorhaben) mit ähnlichen Bewegungsmustern angeboten werden.

Bewegungsfelder	Sportarten
- Laufen, Springen , Werfen	Leichtathletik, Duathlon , Orientierungslauf
- Bewegen im Wasser	Schwimmen, Wasserball, Rettungsschwimmen etc.
- Bewegen an und mit Geräten	Turnen , Akrobatik, Klettern etc.
- Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten	Rhythmische Gymnastik, Jazztanz, Aerobic etc.
- Fahren, Rollen, Gleiten	Inline- Skating , Kanufahren, Skifahren etc.
- Mit / gegen Partner kämpfen	Judo, Ringen, Fechten
- Spiele	Alle Mannschaftsspiele, Rückschlagspiele, Endzonenspiele
- Den Körper trainieren, die Fitness verbessern	Konditionstraining, Entspannungstechniken, Fitness- Gymnastik

Welche Bewegungsfelder (Sportarten, Unterrichtsvorhaben) angeboten werden können, hängt von den räumlichen und personellen Voraussetzungen ab. Jedoch sollte die Schule den Schülern ein möglichst breites Angebot sicherstellen.
Für Schüler, die Sport als Prüfungsfach wählen wollen , findet in der Stufe 11 jeweils eine Infoveranstaltung statt.

8.1.2. Organisation

Jahrgangsstufe 11

Sport wird in der Jahrgangsstufe 11 als Grundkurs (2-stündig) angeboten.

Die Lerngruppen bleiben in der 11 das ganze Jahr bei einer Lehrkraft. Der Schüler erlebt ein Kursprofil, das mindestens zwei Bewegungsfelder und vier Inhaltsfelder enthält.

Innerhalb eines Bewegungsfeldes sind mehrere Unterrichtsvorhaben möglich.

Eine Lehrperson bietet nach Möglichkeit **alle Unterrichtsvorhaben** im Schuljahr an. Die "Abiturienten" werden in **einem** Kurs zusammengefasst, der bis auf Kursstärke aufgefüllt wird.

Jahrgangsstufe 12/13

In der Qualifikationsphase wird Sport als Grundkursfach (2-stündig) angeboten.

Die SuS wählen **ein** angebotenes **Doppelprofil**.

Leistungsbewertung

In den Jahrgangsstufen 11/12/13 wird pro Halbjahr eine „besondere Fachprüfung“ verlangt. Der Theorieanteil (fachliche Kenntnisse, methodische Kompetenzen) muss dabei mindestens 25% betragen. Dieser kann in Form einer Klausur, einer mündlichen Prüfung oder eines Referates erfolgen.

Sport als 4.Abiturfach

Es gibt **einen "Abiturkurs"** (mit „Auffüllung“) und **"Nichtabiturkurse"**.

Wer Sport als Abiturfach im Grundkursbereich wählen will, muss in Stufe 11 eine schriftliche Klausur schreiben. In 12.1 – 13.2 wird in jedem Kurshalbjahr eine Klausur geschrieben und der jeweils zweistündige Sportkurs sollte durchgängig von einer Lehrkraft gehalten werden.

Die Abiturprüfung umfasst einen sporttheoretischen (mündliche Prüfung) und einen sportpraktischen Teil.

In dem sportpraktischen Teil wird immer die Bewegungsleistung bzw. das sportmotorische Können in einer Sportart oder in einer Sportartenkombination innerhalb eines Bewegungsfeldes überprüft (Basketball, Handball, Volleyball etc.). Die Sportart muss in der Qualifikationsphase behandelt worden sein.

Im Abitur wird der sportpraktische Teil des Grundkursfaches Sport im Verhältnis zum sporttheoretischen Teil 1:1 gewichtet. Die Beurteilung eines der beiden Prüfungsteile mit null Punkten schließt eine Gesamtbeurteilung mit mehr als drei Punkten, die Bewertung eines der beiden Prüfungsteile mit ein bis drei Punkten eine Gesamtbeurteilung mit mehr als fünf Punkten aus.

8.2 Unterricht

8.2.1 Entscheidungen zum Unterricht

Die Darstellung der Unterrichtsvorhaben im schulinternen Lehrplan besitzt den Anspruch, sämtliche im Kernlehrplan angeführten Kompetenzen abzudecken. Dies entspricht der Verpflichtung jeder Lehrkraft, alle je nach Profilierung geforderten Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans bei den Lernenden auszubilden und zu entwickeln.

Diese Ausführungen erfolgen im Fach Sport nur exemplarisch, da sich durch die vielfältigen Möglichkeiten der Profilierung spezifische und vor allem auch unterschiedliche Kursprofile ergeben können.

Die Darstellung der Inhalte erfolgt dabei auf zwei Ebenen: der Übersichts- und der Konkretisierungsebene.

Im Kapitel 8.2 wird zunächst die **Einführungsphase (Stufe 11)** vorgestellt. Die Fachkonferenz der Gesamtschule Gummersbach hat hierfür ein Beispielprofil mit den Kompetenzerwartungen aus den Bewegungsfeldern 1, 3, 7 und 8 und den bewegungsfeldübergreifenden obligatorischen Kompetenzerwartungen aus den Inhaltsfeldern zusammengestellt.

Neben der verbindlichen Durchführung der im Beispielprofil beschriebenen Unterrichtsvorhaben parallel in allen Kursen der S sind auch andere Organisationsformen möglich. An dieser Stelle werden zwei alternative Formen beschrieben:

- a) Verbindlich für alle Kurse ist z.B. das Unterrichtsvorhaben „Fit für den Gummersbacher Citylauf“, da zu diesem Thema im Halbjahr eine Klausur durchgeführt wird und um die Schülerinnen und Schüler adäquat auf die Anforderungen in der Qualifikationsphase vorzubereiten. Die weiteren Unterrichtsvorhaben können durch die Wahl anderer Bewegungsfelder ggf. variieren.
- b) Die Schule richtet bereits für die Stufe 11 unterschiedliche Unterrichtsvorhaben ein, die alle Schülerinnen und Schüler nach Möglichkeit bei einer Lehrperson durchlaufen.

In der Qualifikationsphase ist die Entwicklung eines Kursprofils **verbindlich**. Schulorganisatorisch kann das entweder im Vorfeld durch Wahl von Kursprofilen über einen Wahlbogen erfolgen oder aber der Kurslehrer legt dieses Profil – möglichst in Absprache mit den Schülerinnen und Schülern - zu Beginn der Qualifikationsphase fest. Allerdings ist sowohl aus motivationalen Gründen als auch bei der Durchführung von Sport als viertem Abiturfach die erste Möglichkeit eindeutig zu bevorzugen.

Der jeweils ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Um Spielraum für Vertiefungen, besondere Schülerinteressen, aktuelle Themen bzw.

die Erfordernisse anderer Ereignisse (z.B. Praktika, Kursfahrten o. ä.) zu erhalten, werden im Rahmen dieses schulinternen Lehrplans nur ca. 75 Prozent der Bruttounterrichtszeit verplant.

Während der Fachkonferenzbeschluss zum „Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben“ zur Gewährleistung vergleichbarer Standards sowie zur Absicherung von Lerngruppenübertritten und Lehrkraftwechseln für alle Mitglieder der Fachkonferenz Bindekraft entfalten soll, besitzt die exemplarische Ausweisung „konkretisierter Unterrichtsvorhaben“ empfehlenden Charakter. Referendarinnen und Referendaren sowie neuen Kolleginnen und Kollegen dienen diese vor allem zur standardbezogenen Orientierung in der neuen Schule, aber auch zur Verdeutlichung von unterrichtsbezogenen fachgruppeninternen Absprachen zu didaktisch-methodischen Zugängen, fächerübergreifenden Kooperationen, Lernmitteln und -orten sowie vorgesehenen Leistungsüberprüfungen. Abweichungen von den vorgeschlagenen Vorgehensweisen bezüglich der konkretisierten Unterrichtsvorhaben sind im Rahmen der pädagogischen Freiheit der Lehrkräfte jederzeit möglich. Sicherzustellen bleibt allerdings auch hier, dass im Rahmen der Umsetzung der Unterrichtsvorhaben insgesamt alle Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans Berücksichtigung finden.

8.2.2 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben

Im folgenden Kapitel wird zunächst ein Beispiel für die Strukturierung der Einführungsphase vorgestellt. Anschließend folgt die Qualifikationsphase, für die sowohl zwei Grundkursprofile als auch ein Leistungskursprofil exemplarisch entwickelt wurden.

Strukturell erfolgt zunächst immer die Beschreibung der Profilierung, an die sich dann eine Übersicht über die Qualifikationsphase anschließt. Wer darüber hinaus noch einen tieferen Einblick bis auf die Ebene der Kompetenzerwartungen sucht, wird dann in der nachfolgenden Konkretisierung fündig.

8.2.3 Einführungsphase (Stufe 11)

Profilierung

*Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Einführungsphase in mindestens **drei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller Inhaltsfelder** mit den aufgeführten obligatorischen inhaltlichen Schwerpunkten entwickelt werden. (KLP S. 20)*

Anmerkung: In diesem Beispielprofil sind die Bewegungsfelder 1, 7 und 8 als profilbildend ausgewählt. Zusätzlich werden ausgewählte Kompetenzerwartungen des Bewegungsfelds 3 in den Blick genommen (vgl. das UV VI), da dieses Bewegungsfeld an unserer Schule häufig in der Qualifikationsphase (Stufe 12/13) profilbildend ist. Die Fachkonferenz entscheidet zudem, dass die bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen des Inhaltsfeldes d: Leistung über ein weiteres UV zur Leichtathletik abgedeckt werden.

Übersicht über die beiden Halbjahre der Einführungsphase (11)

Halbjahre	Laufendes UV	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben
1. HJ	UV I	Neue Partner und wechselnde Gegner – Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, „Punkte sammeln“, „jeder gegen jeden“, Mannschaftsturnier) z.B. im Badminton oder Tischtennis organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen. ca. 8 Stunden
	UV II	Mach mit - fit für den Gummersbacher Citylauf – Die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren. ca. 10 Stunden
	UV III	Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein – Demonstration eines individuell angemessenen Fitnessprogramms z.B. zur Kräftigung großer Muskelgruppen (Arme, Beine, Rücken, Bauch) inklusive der passenden Dehnmethoden. Der Auf- und Abwärmphase wird besonderes Gewicht eingeräumt. ca. 12 Stunden
	Freiraum	ca. 10 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs
2. HJ	UV IV	Stars auf Eis und Schnee – Eine Gruppengestaltung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Raumwege, Raumebenen und Formationen skizzieren, präsentieren und bewerten. ca. 10 Stunden
	UV V	Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten z.B. im Basketball, Handball oder Volleyball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld oder „Normalfeld“ mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden. ca. 10 Stunden
	UV VI	Diskus oder Schleuderball? – Eine neu erlernte Wurftechnik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten ca. 10 Stunden.
	Freiraum	ca. 10 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Einführungsphase (11) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

Thema: Neue Partner und wechselnde Gegner – Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, „Punkte sammeln“, „jeder gegen jeden“, Mannschaftsturnier) im Badminton organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: z.B. Partnerspiele – Badminton oder Tischtennis

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in einem Mannschaftsspiel oder **Partnerspiel** gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.
- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (BW)
- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (M)
- die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (U)

Zeitbedarf: ca. 8 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Mach mit fit

die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren.

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen¹

Inhaltsfelder: d – Leistung, f - Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte: Trainingsplanung und Organisation (d)
Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern (BW)
- unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern (BW)
- einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch) (M)
- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (U)
- sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen. (M)
- die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen. (U)

Nutzung digitaler Hilfsmittel und Ausdauer- / Fitnessapps, wie bspw. Runtastic zur appunterstützten Trainingsbegleitung.

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

¹ Hier wird nur der 5000m-Lauf akzentuiert (s. Anmerkung im Vorspann).

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein - Demonstration eines individuell angemessenen Fitnessprogramms z.B. zur Kräftigung großer Muskelgruppen (Arme, Beine, Rücken, Bauch) inklusive der passenden Dehnmethoden. Der Auf- und Abwärmphase wird besonderes Gewicht eingeräumt..

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltliche Kerne: Formen der Fitnessgymnastik
Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.
- unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

Inhaltsfelder: f - Gesundheit, d - Leistung

Inhaltliche Schwerpunkte: Gesundheitl. Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)
Trainingsplanung und Organisation (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (BW)
- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (U)

Zeitbedarf: ca. 12 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten z.B. im Basketball, Handball oder Volleyball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in einem **Mannschaftsspiel** oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.
- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen oder unterschiedlicher Zielsetzungen situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (BW)
- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (M)
- die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechtsdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (U)

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Diskus, Schleuderball oder Speer – Eine neu erlernte Wurftechnik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf)

Inhaltsfeld: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)
Trainingsplanung und Organisation (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zwei unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. (BW)
- unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. (M)
- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen. (U)
- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (U)

Nutzung des Ipads als Video-Feedbacksystem zum Bewegungslernen

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Summe Einführungsphase: ca. 60 Stunden + Freiraum ca. 20 Stunden

8.2.4 Qualifikationsphase (Stufe 12/13) im Grundkurs

An der Gesamtschule Gummersbach gibt es zur Zeit in Stufe 12 und 13 vier Grundkurse mit unterschiedlichen Profilen. Dabei kann Sport als viertes Abiturfach gewählt werden. Der Einsatz von digitalen Medien zur Unterstützung des Bewegungslernens wird in den Grundkursen der Qualifikationsphase in verschiedenen Sportarten durchgeführt. Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich der Profilbildung sind dabei folgende Grundsätze zu berücksichtigen:

*„Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Qualifikationsphase in **zwei** Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung **aller** Inhaltsfelder entwickelt werden.*

Dabei müssen zwei Inhaltsfelder im Sinne einer Akzentuierung umfassend in allen inhaltlichen Schwerpunkten thematisiert werden. Aus den übrigen vier Inhaltsfeldern ist immer mindestens der erste Schwerpunkt (Fettdruck) mit den jeweils zugehörigen Kompetenzerwartungen zu berücksichtigen.“ (KLP S. 28)

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergeben sich z.B. folgende Kursprofile:

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
2	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	b - Bewegungsgestaltung	f - Gesundheit
3	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Bewegen im Wasser - Schwimmen	e - Kooperation und Konkurrenz	f - Gesundheit
4	Bewegen an Geräten - Turnen	Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport	a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	d - Leistung

Kursprofilbeispiel 1

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 33f):

- leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, **Volleyball**)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, **Beachvolleyball**, Flag-Football)

Stufe	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 12.1 ca.20 Wochen = 40 Stunden	UV 1	Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen – In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten ca. 10 Stunden
	UV 2	Erfolgreich in der Abwehr – Spielgemäße Entwicklung von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten ca.10 Stunden
	UV 3	Volleyball mal anders - Präsentation und Beurteilung einer Choreografie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic-Schritte in Kombination mit Arm-Ball-Bewegungen ca.10 Stunden
	Freiraum	ca. 10 Stunden
Q 12.2 ca. 20 Wochen = 40 Stunden	UV 4	Hechtbagger und Japanrolle - voller Einsatz in der Abwehr – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken, um die Feldabwehr zu verbessern ca.10 Stunden
	UV 5	Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung ca.10 Stunden
	UV 6	Beachvolleyball – Von der Halle in den Sand – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen ca. 10 Stunden
	Freiraum	ca. 10 Stunden

Stufe	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 13.1 ca. 16 Wochen = 32 Stunden	UV 7	Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern ca.10 Stunden
	UV 8	Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung eines Läuferystems zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit ca.10 Stunden
	UV 9	Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können ca.10 Stunden
	Freiraum	ca. 2 Stunden
Q 13.2 ca. 11 Wochen = 22 Stunden	UV 10	Die Prüfung kommt zum Schluss – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung ca.10 Stunden
	UV 11	Jetzt wird es ernst – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung ca.10 Stunden
	Freiraum	ca. 2 Stunden
	Parallel	Wiederholung und Vertiefung theoretischer Inhalte zur Vorbereitung auf die theoretische Prüfung

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Qualifikationsphase (12) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

Thema: Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen - In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren.

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen. (U)

Zeitbedarf: ca.10 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: **Erfolgreich in der Abwehr** – Spielgemäße Entwicklung von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktische Spielfähigkeit

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: z.B. Handball, Volleyball, Basketball

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. (BW)
- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. (U)

Zeitbedarf: ca.10 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Volleyball mal anders - Präsentation und Beurteilung einer Choreografie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic-Schritte in Kombination mit Arm-Ball-Bewegungen.

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Aktionsmöglichkeiten aus dem Bereich Gymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren.²

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung **Inhaltlicher**

Schwerpunkt: Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (BW)
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (U)

Zeitbedarf: ca.10 Std.

² Diese Kompetenzerwartung stammt aus dem Bewegungsfeld 6 und gehört dementsprechend nicht zur Obligatorik.

Qualifikationsphase (12) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV :

Thema: Hechtbagger und Japanrolle – voller Einsatz in der Abwehr – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiko, um die Feldabwehr zu verbessern.

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Volleyball

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung, e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)
Gestaltung von Sport- und Spielgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. (BW/M)
- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. (M/U)

Zeitbedarf: ca.10 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Formen ausdauernden Laufens

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten.

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltliche Schwerpunkte: Trainingsplanung und -organisation
Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training
/ Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern. (BW)
- Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen und erläutern. (übergreifend). (M)
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. (übergreifend). (M)
- die Entwicklung ihrer individuelle Leistungsentwicklung dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio). (M)

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Beachvolleyball – Von der Halle in den Sand – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Alternative Spiele und Sportspielvarianten
– Beachvolleyball -

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern. (BW/M)
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen Körperbildern beurteilen. (U)

Zeitbedarf: ca.10 Std.

Summe Qualifikationsphase 12: ca. 60 Stunden + Freiraum ca. 20 Stunden

Qualifikationsphase (13) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: **Wie werde ich besser? - Auf dem Weg zur optimalen Leistung** – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen (auch als Mehrkampf) unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren.

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (M)
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. (M)
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen. (U)

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung eines Systems zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: z.B. Volleyball, Basketball, Handball

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. (BW / M)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen. (U)

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste
– Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

Inhaltsfelder: e – Kooperation und Wettkampf, f - Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte: Fairness und Aggression im Spiel (e)
Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. (U)
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. (U)

Zeitbedarf: ca.10 Std.

Qualifikationsphase (13) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Die Prüfung kommt zum Schluss – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: z.B. Volleyball, Handball, Basketball

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. (BW)

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: Jetzt wird es ernst – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltliche Kerne: leichtathletische Disziplinen
Formen ausdauernden Laufens

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen,
e - Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte:

Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)
Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.(BW)
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.(U)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen. (BW / M)

Zeitbedarf: ca.10 Std.

Summe Qualifikationsphase 13: ca. 50 Stunden + Freiraum ca. 4 Stunden

Kursprofilbeispiel 2

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 32):

- Formen der Fitnessgymnastik
- Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen
- Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung
- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden
- psychoregulative Verfahren zur Entspannung

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Gestalten, Tanzen, Darstellengymnastik/Tanz, Bewegungskünste**“ muss keine Akzentuierung erfolgen, da alle inhaltlichen Kerne obligatorisch sind (vgl. KLP S. 35).

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 12.1 ca. 20 Wochen = 40 Std.	UV1	Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen und Rad fahren) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern. ca. 10 Stunden
	UV 3	Der mit dem Ball tanzt – Präsentation und Beurteilung einer Choreografie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic Schritte in Kombination mit Arm – Ball – Bewegungen ca. 10 Stunden
	UV 3	So werde ich stark! – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Dehnmethoden gezielt für sich selbst nutzen ca. 10 Stunden
	Freiraum	ca. 10 Stunden
Q 12.2 ca. 20 Wochen = 40 Std.	UV 4	Von der Improvisation zur Komposition – Eine Komposition mit Stock und Stuhl unter besonderer Berücksichtigung von Rotation und Bewegungsweite präsentieren ca. 10 Stunden
	UV 5	Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen ca. 10 Stunden
	UV 6	Gehen, stehen, posen – die Alltagssituation „shoppen“ durch Improvisation unter besonderer Berücksichtigung dynamischer Kontraste mit oder ohne Gegenstände/Materialien darstellen ca. 10 Stunden
	Freiraum	ca. 10 Stunden

<u>Q 13.1</u> ca. 16 Wochen = 32 Std.	UV 7	Wenn schon „Muckibude“ – dann aber richtig – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteeinsatz bewusst für sich selbst nutzen ca. 12 Stunden
	UV 8	Ich hör auf mein Herz – Schritte auf, über und um den Stepper in Verbindung mit Armbewegungen zum individualisierten Training von Ausdauer und Koordination verbinden ca. 12 Stunden
	Freiraum	ca. 8 Stunden
<u>Q 13.2</u> ca.11 Wochen = 22 Std.	UV 9	Stress und Anspannung effektiv lösen – Prinzipien der progressiven Muskelentspannung nach Jacobson zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen ↻ in Verbindung mit dem UV 12 ca. 10 Stunden
	UV 10	Wir schaffen das alleine – Ergebnis einer Lernaufgabe – Erarbeitung und Präsentation von Jumpstylechoreografien nach selbst gesteuertem ca. 10 Stunden
	UV 11	Tanz dich fit – Neue Fitnesstrends wie z.B. Zumba in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen ↻ in Verbindung mit dem UV 10 ca. 2 Stunden

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Qualifikationsphase (12) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

Thema: **Alles im grünen Bereich** – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen und Rad fahren) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern.

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten

Inhaltsfelder: d – Leistung, f - Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte: Trainingsplanung und Organisation (d)
Fitness als Basis für Gesund- und Leistungsfähigkeit (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (M)
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (M)
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (BW)

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: **Der mit dem Ball tanzt** – Präsentation und Beurteilung einer Choreografie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums **Raum** sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic Schritte in Kombination mit Arm – Ball - Bewegungen

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Gymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen **mit** oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (**Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau**) allein und **in der Gruppe** variieren und präsentieren

•

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien
Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (**Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau**) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (BW)
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (U)

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: So werde ich stark! – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Dehnmethoden gezielt für sich selbst nutzen

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: funktionales Muskeltraining **ohne Geräte, mit einfachen Geräten** und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden
- unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderungen individuell angemessen anwenden.

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte: Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (BW)
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. (M)
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. (U)

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Qualifikationsphase (12) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Von der Improvisation zur Komposition – Eine Komposition mit Stock und Stuhl unter besonderer Berücksichtigung von Rotation und Bewegungsweite präsentieren

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Pantomime, **Bewegungstheater**, Jonglieren) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/**formaler Aufbau**) allein oder in der Gruppe präsentieren
- **Objekte** oder **Materialien** als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns – insbesondere der Improvisation - nutzen

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien
Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, **formaler Aufbau**) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (BW)
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (U)

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen

BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Alternative Spiele und Sportspielvarianten (z.B. Street-Variationen, Beach, Volleyball, Flag-Football)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (BW)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (M)

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: **Gehen, stehen, posen** – Die Alltagssituation „shoppen“ durch Improvisation unter besonderer Berücksichtigung dynamischer Kontraste mit oder ohne Gegenstände/Materialien darstellen

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Gymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder –**themen** unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen.

•

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien
Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, **Dynamik**, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (BW)
- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden. (M)

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Summe Qualifikationsphase 12: ca. 60 Stunden + Freiraum ca. 20 Stunden

Qualifikationsphase (13) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Wenn schon „Muckibude“ – dann aber richtig – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteeinsatz bewusst für sich selbst nutzen

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und **mit speziellen Fitnessgeräten** zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- **g**esundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (BW)
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. (M)
- **p**ositive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen Körperbildern, beurteilen. (U)

Zeitbedarf: ca. 12 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: **Ich hör auf mein Herz** – Schritte auf, über und um den Stepper in Verbindung mit Armbewegungen zum individualisierten Training von Ausdauer und Koordination verbinden

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: Formen der Fitnessgymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, **Ausdauer**, Beweglichkeit, **Koordination**) für sich und andere planen und durchführen

Inhaltsfelder: d – Leistung, f - Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen³ (d)
Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (BW) * nicht in der Obligatorik vorgesehen
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (BW)
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (M)

Zeitbedarf: ca. 12 Std.

³ nicht in der Obligatorik vorgesehen

Qualifikationsphase (13) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: Stress und Anspannung effektiv lösen – Prinzipien der progressiven Muskelentspannung nach Jacobson zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: Psychoregulative Verfahren zur Entspannung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt: Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. (M)

Zeitbedarf: ca. 3 Std.

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Wir schaffen das alleine – Ergebnis einer Lernaufgabe – Erarbeitung und Präsentation von Jumpstylechoreografien nach selbst gesteuertem Lernen

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Tanz

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Inhaltsfeld: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben. (BW)
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (U)

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: **Tanz dich fit** – Neue Fitnesstrends wie z.B. Zumba in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

- **Inhaltlicher Kern:** Formen der Fitnessgymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen.

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt: Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern. (BW)

Zeitbedarf: ca. 7 Std.

Summe Qualifikationsphase 13: ca. 50 Stunden + Freiraum ca. 4 Stunden

8.3 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit

In Absprache mit der Lehrerkonferenz sowie unter Berücksichtigung des Schulprogramms hat die Fachkonferenz der Fritz-Walter-Schule die folgenden fachmethodischen und fachdidaktischen Grundsätze beschlossen. In diesem Zusammenhang beziehen sich die Grundsätze 1 bis 14 auf fächerübergreifende Aspekte, die auch Gegenstand der Qualitätsanalyse sind, die fachspezifischen Grundsätze folgen im Anschluss.

Überfachliche Grundsätze:

- 1.) Geeignete Problemstellungen zeichnen die Ziele des Unterrichts vor und bestimmen die Struktur der Lernprozesse.
- 2.) Inhalt und Anforderungsniveau des Unterrichts entsprechen dem Leistungsvermögen der Schüler/innen.
- 3.) Die Unterrichtsgestaltung ist auf die Ziele und Inhalte abgestimmt.
- 4.) Medien und Arbeitsmittel sind schülernah gewählt.
- 5.) Die Schüler/innen erreichen einen Lernzuwachs.
- 6.) Der Unterricht fördert eine aktive Teilnahme der Schüler/innen.
- 7.) Der Unterricht fördert die Zusammenarbeit zwischen den Schülern/innen und bietet ihnen Möglichkeiten zu eigenen Lösungen.
- 8.) Der Unterricht berücksichtigt die individuellen Lernwege der einzelnen Schüler/innen.
- 9.) Die Schüler/innen erhalten Gelegenheit zu selbstständiger Arbeit und werden dabei unterstützt.
- 10.) Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Partner- bzw. Gruppenarbeit.
- 11.) Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Arbeit im Plenum.
- 12.) Die Lernumgebung ist vorbereitet; der Ordnungsrahmen wird eingehalten.
- 13.) Die Lehr- und Lernzeit wird intensiv für Unterrichtszwecke genutzt.
- 14.) Es herrscht ein positives pädagogisches Klima im Unterricht.

Fachliche Grundsätze:

Der Sportunterricht an der Fritz-Walter-Schule folgt den Prinzipien eines **erziehenden Sportunterrichts**. Die Unterrichtsgestaltung ist durch schüleraktivierendes und selbst gesteuertes Lernen geprägt.

Im Sinne der **Kompetenzorientierung** geht es im Sportunterricht darum, erworbenes Wissen über sportliche Zusammenhänge sowie motorisches Können in unterschiedlichen Anforderungssituationen anwenden zu können.

Dazu werden von den Fachkolleginnen und Kollegen **individualisierte Lernarrangements** geschaffen, die auf der **Diagnose der Lernausgangslage** basieren und an den Stärken der Schülerinnen und Schüler ausgerichtet sind. Offene Aufgabenformate wie z.B. Lernaufgaben finden verstärkt Berücksichtigung. Somit werden im Sportunterricht in allen Kursen und in allen Bewegungsfeldern und Sportbereichen Lernprodukte erstellt und diskutiert.

Die Reflexion über Ziele und Methoden sowie die Beurteilung von Lernwegen und Lernprodukten erfolgt nach dem Prinzip der **reflektierten Praxis** auf der Übungsstätte. Diese Verknüpfung von Theorie und Praxis führt zu einem bewussten Lernen und sichert Kenntnisse in den Kompetenzbereichen Sachmethoden- und Urteilskompetenz. Wesentliche Unterrichtsergebnisse werden gesichert und visualisiert, damit dieser Erkenntnisgewinn im Verlauf des Unterrichtsvorhabens weiter genutzt werden kann.

Im Grundkurs – auch bei Sport als viertem Abiturfach - bleiben einzelne Theoriestunden die Ausnahme. In der Regel wird im Sportunterricht eine **Praxis-Theorie-Verknüpfung** angestrebt.

Beiträge zur Unterrichtsgestaltung u.a. unterschiedliche Formen der selbstständigen und kooperativen Aufgabenerfüllung innerhalb eines Unterrichtsvorhabens gehören zu den Bestandteilen der sonstigen Mitarbeit und sind von allen Schülerinnen und Schülern in jedem Halbjahr zu erbringen.

Hausaufgaben dienen der Vorbereitung, Nachbereitung, Vertiefung und Erweiterung der Unterrichtsinhalte. Sie gehören im Leistungskurs zum festen Bestandteil des Unterrichts. Im Grundkurs werden sie nur dann gestellt, wenn sie der Vorbereitung des Unterrichts dienen oder die im Unterricht initiierten Prozesse der Vertiefung oder Dokumentation bedürfen.

8.4 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

Auf der Grundlage von § 48 SchulG, § 13 APO-GOST sowie Kapitel 3 des Kernlehrplans Sport hat die Fachkonferenz im Einklang mit dem entsprechenden schulbezogenen Konzept die nachfolgenden Grundsätze zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen. Die nachfolgenden Absprachen stellen die Minimalanforderungen an das lerngruppenübergreifende gemeinsame Handeln der Fachgruppenmitglieder dar. Bezogen auf die einzelne Lerngruppe kommen ergänzend weitere der in den Folgeabschnitten genannten Instrumente der Leistungsüberprüfung zum Einsatz.

Verbindliche Absprachen:

Über die von der Fachkonferenz getroffenen Vereinbarungen zur Leistungsbewertung in der Sekundarstufe I hinaus trifft die Fachkonferenz für die S II folgende Entscheidungen.

Das Fach Sport ist an der Fritz-Walter-Schule als 4. Fach der Abiturprüfung wählbar. Alle Sportkurse in der Einführungsphase bieten für die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit sowohl im ersten Halbjahr als auch im zweiten Halbjahr eine materialgebundene Klausur zu schreiben. Die in der Jahrgangsstufe unterrichtenden Lehrerinnen und Lehrer arbeiten bzgl. der Vergleichbarkeit der Anforderungen - insbesondere auch in den Klausuren - eng zusammen.

Für diejenigen Schülerinnen und Schüler, die eine 4.-Fach-Prüfung anstreben, wird mindestens in einem Halbjahr der Qualifikationsphase eine Klausur durch eine fachpraktische Prüfung ersetzt. Hinsichtlich der Vergleichbarkeit der unterschiedlichen Sportkurse erarbeitet die Fachkonferenz ein Konzept für diese fachpraktische Prüfung in den unterschiedlichen Bewegungsfeldern und Sportbereichen.

Im 1. Halbjahr der Q2 wird in allen Sportkursen unabhängig von der Wahl des Faches Sport als 4. Abiturfach von den Schülerinnen und Schülern eine Ausdauerleistung erbracht. Die Fachkonferenz Sport erarbeitet ein Konzept für die unterschiedlichen Sportkurse, das sowohl die leistungsmäßigen als auch die gesundheitlichen Aspekte bzgl. der entsprechenden Kompetenzerwartungen berücksichtigt.

Weiterhin strebt die Fachkonferenz unabhängig von den Kursprofilen eine Vergleichbarkeit der Leistungen an. Dazu werden folgende Vereinbarungen getroffen:

8.5. Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung

A Generelle Absprachen zur Leistungsbewertung, die unabhängig vom Bewegungsfeld und den jeweiligen Inhaltsfeldern getroffen werden können: Bewertet wird, wie der Schüler

1. sein Bewegungskönnen zeigt (u. a. technisches, taktisches, konditionelles, kreativ-gestalterisches Können),
2. sich auf Unterrichtssituationen einlässt,
3. Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringt,
4. Erfahrungen, Kenntnisse strukturiert wiedergibt,
5. Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern kann,
6. motorische Grundeigenschaften funktionell erweitert hat,
7. sportliches Können weiterentwickeln kann und
8. sportliches Handeln zusammen mit anderen regeln kann

B Verbindliche und mögliche Absprachen über Lernerfolgskontrollen im Bereich „Sonstige Mitarbeit“:

1. Sportmotorische Leistungen in den Bewegungsfeldern/Sportbereichen werden quantitativ und qualitativ bewertet.
2. Die einem Bewegungsfeld/Sportbereich zugehörigen konditionellen und koordinativen Fähigkeiten müssen in die Bewertung einbezogen werden.

Konkretisierung zu 1 und 2:

- *mindestens eine quantitative Messung und/oder eine qualitative Messung (z.B. Demonstration) pro Halbjahr (abhängig vom Kursprofil)*
 - *mindestens ein Test zu einem konditionellen Leistungsfaktor (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit)bezogen auf die profilbildenden Bewegungsfelder und Sportbereiche*
3. Überprüft und bewertet werden Lernerfolge hinsichtlich fachspezifisch wichtiger Schlüsselqualifikationen (Beharrlichkeit, Leistungsbereitschaft, Kreativität, etc.).
 4. Überprüft und bewertet werden fachliche Kenntnisse und methodische Fähigkeiten.

Konkretisierung zu 3 und 4:

- *Kooperation wird gemäß dem gemeinsam erarbeiteten Bewertungsbogen bewertet.*
- *Einmal in der Qualifikationsphase muss eine Gruppenleistung bewertet werden*
- *Überprüfungsformen zu 4 sind in erster Linie Beiträge zur Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsgesprächen. Einmal in der Qualifikationsphase muss eine schriftliche Übung durchgeführt werden.*

A) Mögliche Absprachen zur Leistungsbewertung zwischen unterschiedlich strukturierten Kursen bezogen auf Bewegungs- und profilbildende Inhaltsfelder innerhalb der Qualifikationsphase

Bewegungsfelder	Profilbildende Inhaltsfelder			
	gleich	nicht gleich	Kommentar	Beispiel
Gleich, auch in der Obligatorik des Bewegungsfeldes	X		<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p> <p><u>zusätzlich:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Die Überprüfung aller bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen und ggf. weitere Leistungsmessungen müssen nach den gleichen Normtabellen, bzw. gleichen Kriterien erfolgen. Da auch alle bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen identisch sind, werden diesbezügliche Leistungen gleich bewertet. 	<p>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</p> <p><u>Inhaltsfeld d:</u> Leistung</p> <p>Verwenden wir alle die gleichen Leistungstabellen?</p>
Gleich, auch in der Obligatorik des Bewegungsfeldes		X	<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p> <p><u>zusätzlich:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Die Überprüfung der bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen muss nach den gleichen Normtabellen, bzw. gleichen Kriterien erfolgen. Die profilbildenden Inhaltsfelder bestimmen neben der Obligatorik in diesem Bereich zusätzlich die intentionale Ausrichtung und setzen im Hinblick auf die Bewertung ggf. abweichende Schwerpunkte. 	<p>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</p> <p><u>Inhaltsfeld f:</u> Gesundheit</p> <p><u>Inhaltsfeld b:</u> Bewegungsgestaltung</p> <p>Schön oder ausdauernd – Aerobic unter unterschiedlichen Schwerpunkten</p>

Gleich, ungleich in der Obligatorik des Bewegungsfeldes	X		<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p> <p><u>zusätzlich:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Die Überprüfung der <u>obligatorischen</u> bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen müssen nach vergleichbaren Normtabellen, bzw. gleichen Kriterien bewertet werden. Da die bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen identisch sind, werden diesbezügliche Leistungen - soweit möglich - gleich bewertet. 	<p>Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</p> <p><u>Inhaltsfeld a:</u> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen / <u>Inhaltlicher Schwerpunkt:</u> Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit</p> <p>Handball gegen Tischtennis</p>
Gleich, ungleich in der Obligatorik des Bewegungsfeldes		X	<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p> <p><u>zusätzlich:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Die Überprüfung der <u>obligatorischen</u> bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen muss nach vergleichbaren Normtabellen, bzw. gleichen Kriterien erfolgen. Die profilbildenden Inhaltsfelder bestimmen neben der Obligatorik in diesem Bereich zusätzlich die intentionale Ausrichtung und setzen im Hinblick auf die Bewertung ggf. abweichende Schwerpunkte. 	<p>Gleiten, Fahren, Rollen – Bootssport, Rallsport, Wintersport</p> <p>Rudern gegen. Inliner</p> <p><u>Inhaltsfeld d:</u> Leistung (Rudern)</p> <p><u>Inhaltsfeld b:</u> Bewegungsgestaltung (Inliner)</p>
Unterschiedlich	X		<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p> <p><u>zusätzlich:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Da die bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen identisch sind, werden diesbezügliche Leistungen - soweit möglich - gleich bewertet. 	<p>Gestalten, Tanzen Darstellen – Tanz</p> <p>Gleiten, Fahren, Rollen – Inliner-Parcours</p> <p><u>Inhaltsfeld b:</u> Bewegungsgestaltung</p>
Unterschiedlich		X	<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p>	<p>Gestalten, Tanzen Darstellen – Tanz</p> <p><u>Inhaltsfeld a:</u> Bewegungsstruktur und -lernen</p> <p>Ringens und Kämpfen - Judo</p> <p><u>Inhaltsfeld e:</u> Kooperation und Konkurrenz</p>

**B) Kriterien für die Bewertung des Teilbereichs Kooperation .
im Sportunterricht als Bestandteil der „Sonstigen Mitarbeit“**

sehr gut	gut
Die Schülerin/der Schüler arbeitet mit anderen stets sehr kooperativ und verantwortungsbewusst zusammen, ist aufgeschlossen gegenüber anderen, ist meinungsbildend und gleichzeitig tolerant.	Die Schülerin/der Schüler arbeitet mit anderen stets erfolgreich zusammen, ist zuverlässig, initiativ und hilfsbereit.
befriedigend	ausreichend
Die Schülerin/der Schüler verhält sich in der Gruppe kooperativ, kommunikationsfreudig und mitteilungsbereit.	Die Schülerin/der Schüler ist nicht immer bereit mit anderen zusammenzuarbeiten, hält sich mehr im Hintergrund.
mangelhaft	ungenügend
Die Schülerin/der Schüler hat Mühe mit anderen zusammenzuarbeiten und braucht wiederholt genaue Arbeitsanweisungen. Die Umgangsformen sind eher konfrontativ als kooperativ.	Die Schülerin/der Schüler zeigt sich überwiegend unwillig mit anderen zusammenzuarbeiten, ist uneinsichtig und unbelehrbar. Die Umgangsform ist ausschließlich konfrontativ.

9. Qualitätssicherung und Evaluation

Maßnahmen der fachlichen Qualitätskontrolle

An der Gesamtschule Gummersbach soll der Unterricht zukünftig regelmäßig durch ein standardisiertes Verfahren evaluiert werden (s. **Evaluationskonzept/Schülerfeedback** auf der folgenden Seite etc.). Auch die Arbeit der Fachkonferenz wird in regelmäßigen Abständen evaluiert. Weitere Arbeits- und Fortbildungsschwerpunkte der Fachkonferenz (Auffrischung der Rettungsfähigkeit, weitere fachkonferenzinterne Fortbildungen, Weiterentwicklung von Aufgabenformaten etc.), werden dementsprechend systematisch dokumentiert und perspektivisch entwickelt.

Pläne zur regelmäßigen Evaluation des schulinternen Curriculums

Die Fachkonferenz Sport evaluiert in regelmäßigen Abständen die Qualität und Gestaltung ihrer Profile. Bei veränderten Ausgangsbedingungen (neues Sportstättenangebot, Kooperation mit schulischen und außerschulischen Partnern, neuen Trendsportarten etc.) können auf der Basis des KLP Sport jederzeit Anpassungen vorgenommen werden. Dieses beinhaltet auch neue Kursprofile, sowie ggf. die Einrichtung von Projektkursen.

Konzept Schulsportentwicklungsprogramm der Gesamtschule Gummersbach

Elemente des Schulsportprogramms und deren Beschreibung	Bedingungen und Beteiligte / Gelingensfaktoren	Prozessverlauf / Rechenschaftslegung	Konferenzbeschlüsse Information	Verantwortl.
(Leistungen, Produkte etc.)	(Beteiligte, Bedingungen etc.)	(Abläufe, Abstimmung, Maßnahmen)	(Infoquellen)	
<p>Evaluation der Schulsportprogrammentwicklung unter den Aspekten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entwicklungsziele • Arbeitsplan • Fortbildungsplanung • Plan zur Evaluation 	<p>Beteiligte Personen : Fachkonferenz Sport; ggf. Evaluationsteam der Schule</p> <p>Rahmenbedingungen:</p> <p>Personell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • SV <p>Organisatorisch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • In regelmäßigen Abständen ab 2014 • Vorbereitete Fragebögen • Organisationsrahmen - zeitl. <ul style="list-style-type: none"> • Ankündigung der Befragung • SV-Sitzung • zeitlicher Verlauf der Befragung <p>Inhaltlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterrichtliches Angebot • Sportangebot im Schulprogramm • Bewegungsfreudige Pause • Ggf. Sport im Ganztag • Einsatz von Sporthelfern • Pausensport • Sport- AG´s • Schulsportliche Wettkämpfe • Kooperation mit Vereinen • Förderung sportlicher Begabungen • Sportförderkonzept / Kompensatorischer Sport • Schulfahrten mit sportlichem Schwerpunkt • Regelmäßige Durchführung von Sportveranstaltungen 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gestaltung eines Fragebogens (Fachschaft) 2. Verteilung der Fragebögen an: <ol style="list-style-type: none"> a) Klassensprecher und Stellvertreter b) alle Sportlehrkräfte 3. Durchführung der Befragung 4. Auswertung der Fragebögen 5. Präsentation und Diskussion der Ergebnisse in der Sportfachschaft 6. Ggf. Vorstellung der Ergebnisse in der Lehrerkonferenz, Schulkonferenz, SV 7. Ggf. Überarbeitung des Schulsportprogramms, unter Berücksichtigung der Auswertungsergebnisse 8. Präsentation / Veröffentlichung des Schulsportprogrammwerfs 9. Ggf. Wiederholung der Punkte 5 - 8 	<p>Erlass über verbindlich durchzuführende Schulprogrammarbeit/ Evaluation zur Qualitätssicherung an Schulen (Abgabetermin)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hrsg.: MSWWF Schulprogramm – eine Handreichung, Ritterbach 1998; Heft 9027 • Hrsg.: MSWWF Evaluation – eine Handreichung; Ritterbach 1999; Heft 9033 • Hrsg.: MSW Runderlass „Schulprogrammarbeit und interne Evaluation – eine Handreichung; Vorgaben für die Jahre 2003 und 2004“ • Hrsg.: MSWF und LSW . Schulprogrammarbeit in NRW. Ergebnisse der wiss. Evaluationsstudien. Bönen 2002; Heft 4508 • Hrsg.: LSW Fortbildungsplanung. „Ein Leitfaden für Moderatorinnen und Moderatoren. Bönen 2001; Heft 2274 • Info-Blatt über die Zielsetzung der Evaluation • Fragebögen zur Evaluation des Schulsportprogramms • Ggf. Evaluationsbericht 	<p>Fachvorsitzende</p>